

## تعریف :

تب عموماً در نتیجه در معرض قرار گرفتن بدن در برابر میکروب ها و ویروس های عفونت زا ایجاد می شود . در پاسخ به این ویروس ها و میکروب ها سلول های خونی مواد شیمیایی ترشح می کنند که درجه حرارت بدن بالا می رود.

## علل :

- ❖ **عفونت:** بیشتر تب ها در اثر عفونت یا دیگر بیماری ها به وجود می آیند تب با یک مکانیسم دفاعی طبیعی، همزمان به بدن در مبارزه با عفونت ها کمک می کند
- ❖ **مصونیت:** نوزادان و کودکان گاهی پس از واکسن زدن به تب خفیف مبتلا می شوند
- ❖ **دندان در آوردن :** باعث بروز تب خفیفی می شود .
- ❖ **لباس زیاد پوشیدن:** نوزادان به خصوص آنهایی که تازه متولد شده اند، ممکن است در اثر قرار گرفتن در یک محیط گرم یا پوشیدن لباس زیاد به تب دچار شوند. زیرا قادر نیستند دمای بدن خود را تنظیم کنند
- ❖ **تغذیه ناکافی** نیز باعث بروز تب می شود .

## چگونه متوجه شوم که فرزندم تب دارد؟

یک بوس کوچک روی پیشانی یا قرار دادن دست روی پوست فرزندتان کافی است تا متوجه تب او شوید . البته این دما بستگی به شخصی که این کار را انجام می دهد دارد و کامل نمی تواند اندازه گیری درست و دقیقی باشد . با استفاده از یک تب سنج می توانید میزان دمای بدن فرزند خود را اندازه گیری کنید، در حالت زیر کودک تب دارد :دمای بالاتر از  $37/5$  درجه سانتی گراد هنگامی که درجه در زیر بغل نوزاد قرار گیرد.



درجه حرارت بالای  $37/5$  درجه سانتی گراد در نوزاد زیر سه ماه یک مورد اورژانسی است.

## توصیه های لازم به مادران در منزل :

- ❖ نوزاد تب دار را زیاد نپوشانید زیرا تب او بالاتر می رود.
- ❖ از داروهای تب بر استفاده نکنید، مگر با دستور پزشک.
- ❖ هوای اتاق را عوض کنید، برای اینکه بچه سرما نخورد، هنگام تعویض هوا او را به اتاق دیگری ببرید، بیش از اینکه نوزاد به تخت خود باز گردد باید اتاق دوباره گرم شود .
- ❖ هر روز صورت، گردن دست ها و حتی پاهای نوزاد را تمیز کنید، این کار او را شاداب تر می کند. حتی اگر پزشک اجازه دهد میتواند او را حمام کنید فقط مراقب باشید که درجه حرارت آب مناسب و حمام نیز گرم باشد ( حدود  $22$  درجه).
- ❖ ملحفه های نوزاد را زود به زود عوض کنید.
- ❖ نوزاد بیمار نیاز به خواب دارد، شرایط لازم برای رفع این نیاز او را فراهم آورید.
- ❖ برای پایین آوردن تب می توانید مقدار زیادی شیر مادر بدهید تا هم درجه حرارتش پایین آید و هم از کم شدن آب بدن جلوگیری شود.

## بسمه تعالی بیمارستان شهداء بناب

### تب در نوزادان

تهیه:

معصومه رضایی

کارشناس پرستاری (سوپروایزر آموزش سلامت)

پروین مقدم زاده

کارشناس پرستاری (پرستار نوزادان)

منبع: بیماریهای کودکان

تهیه: مهر ۱۳۹۱

بازنگری: فروردین ۱۴۰۲

در صورت تب‌دار بودن، پاشویه نوزاد فراموش نشود.

چگونه نوزاد خود را پاشویه نماییم:

تکه ای پارچه را در آب ولرم قرار داده و آن را فشار داده تا آب اضافی آن گرفته شود، بعد روی پیشانی، دور گردن، زیر بغل‌ها و روی کشاله ران‌های نوزاد گذاشته و منتظر بمانید تا پارچه‌ها گرم شوند، بعد از ۲ تا ۳ دقیقه پارچه‌ها را تعویض نموده و بمدت ۱۵-۱۰ دقیقه این عمل را تکرار کرده کنترل کنید و تا زمانی که درجه حرارت به ۳۸ یا ۳۸/۵ برسد پاشویه را ادامه دهید.



در صورت وقوع تشنج ناشی از تب در منزل چکار باید کرد؟

بالا رفتن ناگهانی تب (مثلاً از ۳۸/۹ به ۴۰/۵ درجه سانتی‌گراد) ممکن است سبب تشنج شود. در بیشتر موارد، "تشنج ناشی از تب" بی‌خطر است ولی این از اهمیت موضوع کم نمی‌کند و باید به آن توجه کافی کرد. در صورتیکه نوزاد به چنین تشنجی دچار شد یعنی (تنفس نوزاد قطع می‌شود، آب دهانش راه می‌افتد، سیاهی چشم‌هایش بالا می‌رود، و یا دست و پاهایش بشدت تکان می‌خورد)، بلافاصله او را به پشت یا به پهلو و دور از اجسام سخت و تیز بخوابانید. سر نوزاد را به آرامی به یک طرف برگردانید تا استفراغ یا بزاق براحتی از دهانش خارج شود. مطمئن شوید چیزی در دهانش نیست و تا زمانی هم که در حال تشنج است چیزی در دهانش نگذارید. سعی کنید مدت زمان طول کشیدن تشنج را بخاطر بسپارید. این نوع تشنج‌ها معمولاً بین ده ثانیه تا سه یا چهار دقیقه طول می‌کشند. حتی اگر تشنج خفیف باشد یا فقط چند ثانیه طول کشیده باشد به پزشک مراجعه کنید.