

## تب

دمای طبیعی بدن برای یک کودک سالم کمتر از ۳۷,۸ درجه سانتی گراد است و اگر دمای بدن نوزاد یا کودک شیرخوار شما ۳۸ درجه سانتی گراد یا بالاتر باشد او تب دارد.

## دلیل ایجاد تب

تب معمولاً در اثر عفونت در جایی از بدن ایجاد می شود.

## برخی از انواع عفونت که باعث تب می شوند عبارتند از:

- عفونت ویروسی مانند سرماخوردگی ، آنفلوآنزا یا ورم معده
- عفونت ناشی از باکتری مانند برخی از عفونت های گوش ، ذات الریه یا عفونت های ادراری.

### تب به تنهایی مضر نیست

درجه حرارت فرزند شما تا زمانی که عفونت در بدن وجود دارد به حالت عادی باز نمی گردد.

بچه های زیر ۳ ماه زمانی که تب دارند بیشتر در معرض خطر هستند و لازم است توسط پزشک یا متخصص مراقبت های بهداشتی معاینه شوند .

## تشنج ناشی از تب

تشنج ناشی از تب عبارت است از تشنجی که به دنبال افزایش ناگهانی دمای بدن شیرخواران و کودکان به وجود می آید .

معمولاً قبل از بروز تشنج ، کودک عفونت همراه با تب ۳۸ درجه یا بالاتر داشته است اما گاهی می تواند تشنج اولین علامت تب باشد.

## علایم تشنج

- از دست دادن هوشیاری
- پرش یا تکان خوردن بازوها ، پاها ، یا صورت که ۳-۲ دقیقه طول می کشد .
- از دست دادن کنترل ادرار یا مدفوع (خیس کردن یا کثیف کردن )
- حالت تحریک پذیری پس از بدست آوردن هوشیاری ، و به دنبال آن خواب بمدت چند ساعت
- آمدن کف از دهان
- خیره شدن به یک نقطه

## عوامل تشدید کننده بیماری

- عفونت های مکرر
- سابقه تشنج ناشی از تب در خواهر یا برادر کودک

## در صورت تشنج چه باید بکنیم ؟

- کودک را بر روی سطح صاف قرار داده تا از افتادن جلوگیری شود .
- راه هوایی کودک را با قرار دادن دسته قاشق پیچیده شده در پارچه تمیز در دهان و بین دندان ها باز نگه داشته و از صدمه به زبان وی جلوگیری کنید .
- اگر استفراغ داشت فوراً سر بچه را به یک طرف برگردانید تا محتویات استفراغ به حلق بچه برنگردد .
- تا زمان رفع استفراغ و تهوع غذا یا مایعات از راه دهان ندهید.
- در حین تشنج دست و پای کودک را محدود نکنید.

## روش های کاهش تب :

### ۱. دارو درمانی

استفاده از تب برها در صورت تب بالای ۳۸ درجه سانتیگراد

### ۲. روش های غیر دارویی

انجام پاشویه

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 بغل ها و روی کشاله ران های کودک گذاشته و منتظر بمانید تا پارچه ها گرم شوند ، بعد از ۲ تا ۳ دقیقه پارچه ها را تعویض نموده و بمدت ۱۵-۱۰ دقیقه این عمل را تکرار کرده کنترل کرده و تا زمانی که به دمای نرمال برسد ادامه دهید.

درحین پاشویه مراقب باشید لباسهای کودک خیس نشود چون منجر به لرز میشود.

برای پایین آوردن تب کودک از آب سرد استفاده نکنید و در آب الکل نریزید.

## راه های اندازه گیری درجه حرارت بدن

راه مقعدی : ۲ تا ۳ دقیقه

راه زیر زبانی : ۳ تا ۵ دقیقه

راه زیر بغلی : ۵ تا ۱۰ دقیقه

دماسنج های نواری که روی پیشانی چسبانده می شود دقت کافی را ندارند . معمولا در اطفال از زیر بغل استفاده می شود . در هنگام خواندن درجه حرارت زیر بغل هر عددی که دماسنج نشان می دهد نیم درجه به آن اضافه کرده درجه حرارت واقعی را نشان می دهد.

مثلا دماسنج درجه ۳۷/۵ سانتی گراد می باشد درجه حرارت واقعی بدن ۳۸ درجه سانتی گراد می باشد .

## بسمه تعالی

### بیمارستان شهداء بناب

## تب و تشنج

### تهیه :

معصومه رضایی

کارشناس پرستاری (سوپروایزر آموزش سلامت)

فریبا منصوری

کارشناس پرستاری (پرستار اطفال)

### منبع :

بیماریهای کودکان

تهیه : خرداد ۱۳۹۶

بازنگری: فروردین ۱۴۰۲