



ZDRAVSTVENI DOM

TREBNJE

GOLIEV TRG 3,

8210 TREBNJE

Tel: 07 34 81 740

Fax: 07 34 81 769

<http://www.zd-tr.si>

mail: info@zd-tr.si

Povišana telesna temperatura

Najpogostejši znak bolezni pri otrocih je povišana temperatura, ki sama po sebi ni bolezen, je pa znak bolezni in ena od obrambnih reakcij organizma na okužbo. Praviloma telesno temperaturo merimo z elektronskimi termometri, ki jih položimo pod pazduho. Natančno in hitro pa temperaturo izmerimo tudi z digitalnimi infrardečimi ušesnimi ali čelnimi termometri.

O povišani temperaturi govorimo, ko temperatura v mirovanju, izmerjena pod pazduho, naraste **nad 37,2 °C**. Temperatura do 40 °C običajno ni škodljiva, nevarna pa lahko postane, če temperatura nad 41,7 °C traja dlje časa, še posebno, če je bolnik dehidriran. Za bolnike s srčnim popuščanjem, motnjami dihanja, vročinskimi krči in nevrološkimi obolenji pa je lahko škodljiva že srednje povišana temperatura, zato je, bolj kot sama vrednost izmerjene telesne temperature pri otroku, pomembno opazovanje otroka, skrb za zadosten vnos tekočine, otrokova živahnost in obnašanje.

Če temperatura hitro narašča, se pojavi drhtenje, mrzlica, hladne okončine, lahko tudi bolečine v mišicah, sklepih, glavobol. Ko temperatura doseže določeno raven pa mraženje in bolečine običajno prenehajo, potenje pa pomeni, da temperatura začenja padati.

Koristni učinki povišane telesne temperature:

- ovira razmnoževanje virusov,
- okrepi vnetni odgovor in delovanje imunskega sistema,
- poveča učinek antibiotikov,
- 'prisili' otroka k počitku in s tem olajša delovanje imunskega sistema.

Ukrepi

Pri novorojenčkih ali dojenčkih do tretjega meseca starosti, ki zbolijo s povišano temperaturo, je potreben čimprejšnji obisk pri zdravniku. Ta je potreben tudi pri otrocih, mlajših od treh mesecev in z vročino nad 38 °C, pri otrocih, mlajših od 6 mesecev, z vročino nad 39 °C in pri vseh otrocih z vročino nad 40 °C. Če merimo v ušesih, je mejna vrednost višja za približno 1° C. Pregled pri zdravniku je

DŠ:99797275

Matična št.: 5054583000

Št. TRR pri UJP NOVO MESTO: SI56 01100-6000065013-EUR



ZDRAVSTVENI DOM

Tel: 07 34 81 740

TREBNJE

Fax: 07 34 81 769

GOLIEV TRG 3,

<http://www.zd-tr.si>

8210 TREBNJE

mail: info@zd-tr.si

priporočljiv tudi tretji do peti dan po pričetku vročine in ko vročinsko stanje traja dlje kot ob običajni virozi.

Sicer pa velja, da moramo pri povišani temperaturi poskrbeti, da otrok počiva in zaužije dovolj tekočine. Potrebno je skrbno opazovanje otroka in spremljanje drugih bolezenskih znakov. Najpogostejša napaka, ki jo delajo starši je, da 'zbijajo' temperaturo takoj, ko začne naraščati (izjema so otroci, ki so že imeli vročinske krče). Takojšnje zniževanje temperature je potrebno le pri otrocih, ki imajo težko prirojeno napako ali kronično bolezen in bi jih vročina lahko ogrožala. Vedeti moramo, da je zniževanje vročine le prehodno, saj bo temperatura ponovno narasla, dokler ne bo minil vzrok, ki je vročino povzročil. Cilj zniževanja telesne temperature je zato zmanjšati in ublažiti neugodje. Če vročina pri sicer zdravem otroku, starejšem od treh mesecev, ne preseže 38,5–39,0 °C in je otrok ob tem živahen in neprizadet, dobro pije, dovolj lula, ga le skrbno opazujemo in z vzročnim zdravljenjem počakamo. Če pa je otrok tudi ob nižji telesni temperaturi zaspan, zmeden, ne pije dovolj, ga peljemo k zdravniku.

Zniževanje telesne temperature

Otroka slečemo, na sebi naj ima lahka oblačila iz naravnih materialov. Temperatura prostora naj bo od 20 do 22 °C, prostor pa večkrat dnevno prezračimo. Otroka pokrijemo le z lahko bombažno odejo, lahko ga tudi hladimo v vodni kopeli, ki jo s 36–37 °C počasi ohladimo na 30–33 °C. Uporabimo lahko tudi mlačne ovitke, ko z mlačno vodo prepojeno in ožeto rjuho ovijemo okoli otroka, čez pa ovijemo še suho rjuho. Tako otroka pustimo približno 5 minut (ponovimo 2–3-krat). Otroka lahko tudi prebrišemo s krpo, ki jo namočimo v mlačno vodo. Odsvetujemo mrzlo vodo, kis, alkohol, močna eterična olja ali česen v oblogah.

Če s splošnimi ukrepi ne uspemo znižati povišane telesne temperature in je otrok neješč in nerazpoložen, se posvetujemo z zdravnikom in, po njegovem nasvetu, splošne ukrepe kombiniramo še z uporabo zdravil – antipiretikov. Pri otrocih najpogosteje uporabljamo paracetamol, ibuprofen in diklofenak. Ostale učinkovine uporabljamo pri otrocih le izjemoma in po nasvetu zdravnika.

Pri dojenčkih povišana temperatura ni nujno najpomembnejši bolezenski znak, tudi če so hudo bolni.

DŠ:99797275

Matična št.: 5054583000

Št. TRR pri UJP NOVO MESTO: SI56 01100-6000065013-EUR