



Gorączka u dziecka...

.....jest oznaką, że organizm walczy z infekcją a nie biernie się jej poddaje - zwiększa ukrwienie tkanek, co umożliwia szybsze przedostanie się komórek obronnych i leków w miejsce infekcji. Pobudza układ odpornościowy do pracy. Ponadto gorączka zniechęca do wysiłku i aktywności, a to pozwala skupić się na tym, co w danej chwili najważniejsze - obronie. Dla rodziców jest to informacja, że z dzieckiem dzieje się coś niepokojącego.

Uważać jednak musimy na temperaturę **powyżej 38 i pół stopnia**, wtedy ze współnika zamienia się we wroga – osłabia reakcje obronne, prowadzi do drgawek czy nawet utraty świadomości.

Kiedy maluch gorączkuje - jest marudny, popłakuje, robi się senny, ma zaczerwienione policzki i załzawione oczy, czasem szybciej oddycha. Jeżeli umie już mówić, skarży się na zimno lub dreszcze. Chcąc się upewnić, że przyczyną jest gorączka, **wystarczy dotknąć jego czoła ustami**. To sposób właściwie niezawodny. Jeżeli czoło w dotyku jest ciepłe, to znaczy, że dziecko ma podwyższoną temperaturę.

Jak pielęgnować gorączkującego malucha?

Początkowo, gdy gorączka narasta, maluch powinien być dobrze okryty. Ale gdy temperatura już się ustabilizuje, malca nie trzeba otulać, gdyż może to doprowadzić do przegrzania. Ubierz go lekko i co jakiś czas sprawdzaj, czy się nie spocił – mokre ubranko trzeba szybko zmienić. Gorączkujące dziecko nie ma zwykle apetytu i nie należy karmić go na siłę. Powinno być natomiast **obficie pojęne podawaj w małych porcjach, najlepiej przegotowaną wodę albo dostosowane do wieku dziecka herbatki**. W pokoju malca nie powinno być zbyt ciepło (optymalna temperatura to 20–22°C) i nie za sucho. Jeśli nie masz specjalnego nawilżacza, powieś na grzejniku mokry ręcznik.

Gdy gorączka przekracza 39°C, może być konieczna kąpiel ochładzająca (temp wody niższa o 1°C od temperatury ciała dziecka) lub okład chłodzący na pachwiny, kark i czoło.

Drgawki gorączkowe: Kiedy lekarz?

U małych dzieci (do 5 roku życia) wysoka gorączka może wywołać drgawki. Mogą przypominać atak padaczki - dziecko zaczyna drżeć, pręży się, sztywnieje, traci przytomność. Trwa to zazwyczaj nie dłużej niż kilka minut. Nie wolno w tym momencie wkładać maluchowi niczego do ust (np. dawać mu pić), tylko położyć na boku, najlepiej na podłodze, i pilnować, żeby się nie uderzył. Potem jak najszybciej wezwać lekarza lub pogotowie. Na szczęście drgawki gorączkowe nie pozostawiają zazwyczaj żadnych następstw. Lepiej jednak na tyle **szybko obniżyć gorączkę, by do nich nie dopuścić.**

Czym zbić gorączkę?

Podajemy leki zawierające dawki paracetamolu lub ibuprofenu dostosowane do ich masy ciała dziecka. Najmłodszym najczęściej podaje się paracetamol. Ten środek zaczyna działać w ciągu 30-60 minut i obniża gorączkę przez blisko 4 godziny. Potem trzeba podać kolejną dawkę. Ibuprofen ma także działanie przeciwzapalne. Niemowlętom w pierwszym półroczu życia można go jednak podawać wyłącznie za zgodą lekarza.

W aptekach bez recepty można kupić preparaty w różnej postaci. Najszybciej działają czopki, przy wysokiej gorączce warto użyć właśnie ich. Ważne jest, żeby gorączkę obniżać systematycznie i nie dopuszczać do skoków temperatury. **Wiele dzieci po obniżeniu temperatury zaczyna bawić się i szaleć, jakby były całkiem zdrowe. To jednak za wcześnie na odstawienie leków - bez nich temperatura znowu może gwałtownie wzrosnąć.**

Uwaga!



Dzieciom do końca 12. roku życia **nie wolno** podawać salicylanów (czyli aspiryny, polo piryny), bo mogą one wywołać bardzo niebezpieczny zespół Reye'a.