

Kada djeca imaju groznicu

Škola groznice

Dvije stvari su posebno dobre sa školom groznice. Prva je što ćete se upoznati s tim što je groznica i što možete učiniti kada dijete dobije groznicu. Druga je što ova škola zajamčeno nema ni testove niti ocjene.

Samo vam želimo olakšati kako pomoći djetetu s groznicom.



Što je groznica?

Groznica je kada je temperatura tijela veća od normalne. To je jedan od načina tijela braniti se od bakterija ili virusa. Groznica nije bolest, već simptom bolesti. Obično jest infekcija koja je često bezopasna i prođe sama od sebe.

Preko 38 stupnjeva

Obično se kaže da je groznica kada je temperatura tijela veća od 38,0 stupnjeva. Temperatura se obično navodi s jednom decimalom, na primjer 38,2 ili 38,5.

Opet groznica?

Djeca dobivaju groznicu lakše od odraslih, ali to ne znači da su ona posebno bolesna. Groznicu često uzrokuju obične infekcije, koje prođu same od sebe. Najvažnije je uvijek provjeriti kako se dijete inače osjeća.

Olakšajte imanje groznice

Kada dijete ima groznicu, postoje stvari koje možete učiniti kako biste mu olakšali. Obucite dijete lagano i prepustite mu odluku o tome koliko aktivno želi biti. To se regulira samo od sebe ovisno o tome koliko ona ili on može. Kada dijete spava može biti dobro podići dio kreveta gdje je glava. To smanjuje otok i može smanjiti rizik za probleme s ušima i sinusima.

Pijte puno

Djetetu s groznicom treba puno tekućine. Ali radije mu dajte malo tekućine često nego puno odjednom. Ponekad je dovoljna jedna jušna žlica svakog puta. Može također biti lakše polizati sladoled od zaleđenog soka nego popiti čašu vode. Sladoled od zaleđenog soka je također tekućina, samo zamrznuta. Pobrinite se da dijete mokri – dijete bi trebalo mokriti nekoliko puta dnevno.

Sačekajte s mjerenjem temperature

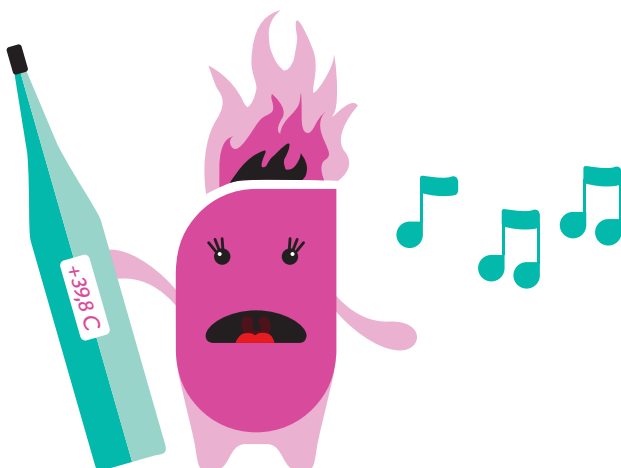
Djeca koja su se igrala ili bila fizički aktivna imaju nešto višu temperaturu, pa neka se dijete odmori 30 minuta prije nego što izmjerite temperaturu. Dojenčad trebaju biti skinuta kada se temperatura mjeri jer topla odjeća može povećati temperaturu. Također svakako mjerite istim toplomjerom na istom mjestu svaki put. Rezultati će se tada lakše moći uspoređivati, nego ako mjerite na različitim mjestima na tijelu.

Mjerenje temperature kod male djece

Za djecu se mlađu od jedne godine preporuča mjerenje temperature u rektumu. Djeci se do šest mjeseci samo ubacuje krajnji vrh. Podmažite rado vrh toplomjera masnom kremom ili uljem kako biste ga lakše ubacili. Ako koristite digitalni toplomjer, čut ćete zvučni signal kad je gotov, često nakon 15–30 sekundi.

Mjerenje temperature kod malo veće djece

Mjerenje je temperature u uhu dobar izbor za djecu stariju od godinu dana. Pratite upute za uporabu toplomjera, kako bi mjerenje bilo točno. Nemojte mjeriti u uhu koje je upravo ležalo na toplom jastuku ili tek stiglo s hladnoće. To utječe na temperaturu. Pričekajte 10–15 minuta.



Koliko često treba mjeriti temperaturu?

Pratite groznicu tako što ćete mjeriti temperaturu i ujutro i poslijepodne. Ali imajte na umu da je to kako se dijete osjeća ono što određuje je li liječenje potrebno i hoćete li se obratiti svojoj zdravstvenoj skrbi.

Vrijeme za lijekove za snižavanje temperature?

Lijekovi koji snižavaju temperaturu često čine dijete malo živahnijim i daju mu energiju za jesti i piti. Ali ne postoji točno određena temperatura koja određuje kada je vrijeme za davanje lijekova za snižavanje temperature. Umjesto toga pogledajte kako se dijete osjeća. Rijetko je potrebno davati lijekove za snižavanje temperature djeci koja se osjećaju dobro iako imaju groznicu.

Paracetamol i ibuprofen

Najčešći lijekovi za snižavanje temperature sadrže paracetamol (n. pr. Alvedon i Panodil) ili ibuprofen (n. pr. Ipren). Oni postoje kao tableta, tekuća otopina ili supozitorije. Paracetamol se može dati djeci od tri mjeseca, a ibuprofen od šest mjeseci starosti. Ako dijete ima manje od 6 mjeseci, savjetujemo ipak kontakt s liječnikom prije davanja lijekova za snižavanje temperature. Nemojte davati paracetamol ili ibuprofen dulje od dva odnosno tri dana bez razgovora s liječnikom. Ako je dijete navršilo 12 godina, možete mu davati paracetamol 3 dana. Ako dijete ne pije ili povraća ili ima težak proljev, morate biti pažljivi s davanjem ibuprofena (ili sličnih preparata). U tim slučajevima može biti štetan za bubrege.

Mladi ispod 18 godina

Grozničava djeca, ili točnije rečeno mladi ljudi, mlađi od 18 godina trebaju izbjegavati acetilsalicilnu kiselinu (n. pr. Aspirin, Treo i Bamy). Ako je groznica posljedica vodenih kozica, ne treba davati ibuprofen (ili lijekove iz iste skupine) jer može povećati rizik od neuobičajenih, ali ozbiljnih komplikacija.



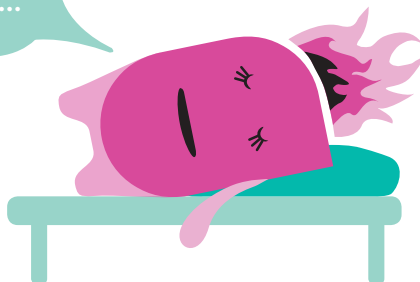
Nakon što ste dali lijekove za snižavanje temperature

Lijekovi su za snižavanje temperature učinkoviti, ali ne skidaju uvijek temperaturu ispod 38 stupnjeva. To nije znak ozbiljne bolesti. Cilj davanja lijekova za snižavanje temperature nije da dijete nema povišenu temperaturu, već da malo živne, dobije snagu za piti i možda pojesti malo hrane ili sladoled.

Dobro spavajte

To kako se dijete osjeća određuje jesu li mu potrebni lijekovi za snižavanje temperature. Ne morate buditi dijete kako biste mu dali lijekove za snižavanje temperature ukoliko niste dobili savjete iz zdravstva za to. Imajte na umu da je groznica obično viša tijekom kasnog popodneva i večeri, kako bi se kasnije smanjila tijekom noći.

...ZzzzZZzzzZz...
sladoled...snijeg...Zzzz...



Kada biste trebali kontaktirati svoju zdravstvenu skrb?

Djeca obično dobro podnose groznicu. Groznica je često manje ozbiljna ako dijete jede, pije i djeluje zadovoljno i zainteresirano. U većini virusnih infekcija povišena temperatura nestaje nakon oko četiri dana. Ali ako groznica traje dulje – ili ako se povišena temperatura spusti nakon tri dana, a zatim ponovo povisi – morate se obratiti svojoj zdravstvenoj skrbi. To važi i ako se dijete koje ima groznicu n. pr. teško budi, vrlo je

tužno, čini se da ima bol, blijedo je, ima krvarenja po koži, malo mokri ili djeluje da mu je teško disati. Ako dijete ima groznicu iz nejasnog razloga, potrebno je obratiti se zdravstvenoj skrbi. Kod n. pr. infekcija mokraćnog sustava u djece, groznica može biti jedini simptom.

Preko 41 stupnja

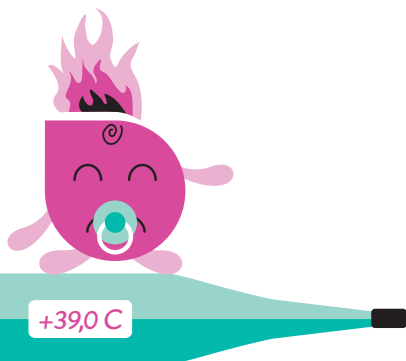
Ako dijete ima temperaturu preko 41. stupnja, morate odmah potražiti zdravstvenu pomoć. Također ako dijete ne odgovara na kontakt kao što to obično radi, ne želi uopće jesti ili piti, povraća ili ima proljev, dobije iznenadnu ukočenost vrata ili kada prvi put dobije grčeve od povišene temperature.

Dojenčad s visokom temperaturom

Ako je dijete mlađe od tri mjeseca i ima temperaturu preko 38 stupnjeva ili više, ili ako dijete ima 3-6 mjeseci i ima 39 stupnjeva ili više, preporučamo vam se obratiti zdravstvenoj skrbi. To vrijedi i za djecu ispod godinu dana s temperaturom ispod 35,0 stupnjeva (hipotermija). Imajte na umu kako groznica sama po sebi nije opasna, ali je dobro naći uzrok groznice. Zato je potrebno sresti liječnika.

O groznici s grčevima

Groznicu s grčevima dobijaju uglavnom djeca od jedne do pet godina. Većina djece nikada ne dobije groznicu s grčevima, neovisno o tome koliko visoku temperaturu imaju, ali to se može desiti. Čak i ako grčevi djeluju strašno, oni su rijetko opasni. Ne držite dijete čvrsto, već ga pokušajte okrenuti na stranu. Rado zadržite tjelesni kontakt i gledajte da



se ne ozlijedi o neki predmet u blizini. Prvi put kada dijete dobije groznicu s grčevima trebate kontaktirati zdravstvenu skrb kako biste isključili da ne postoji neki drugi razlog za grčeve od povišene temperature. Ako grčevi traju dulje od pet minuta, pozovite hitnu pomoć. Lijekovi za snižavanje povišene temperature i rashlađivanje ne sprječavaju napad, ali kada tjelesna temperatura padne, dijete se može osjećati malo bolje.

Zbunjenost – neugodno, ali ne i opasno

Ponekad neka djeca mogu biti trenutno zbunjena kada imaju groznicu. Ona možda buncaju i doživljavaju kako vide, osjećaju i čuju stvari koje ne postoje. Nije čudno ako i dijete i vi mislite da je to neugodno, no to nije opasno i prolazi nakon kratkog vremena.

Nazad u vrtić ili školu?

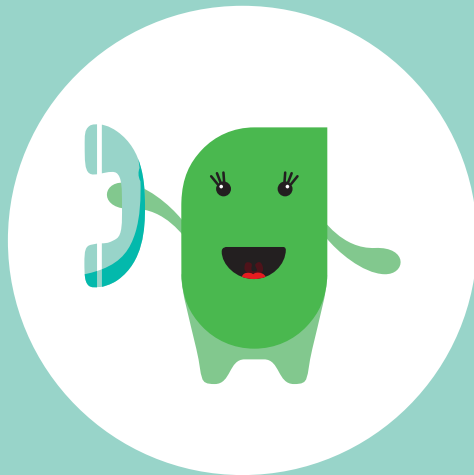
Osim što je groznica prestala, opće je stanje to što odlučuje može li se dijete vratiti u vrtić ili školu. On ili ona mora biti živahno, ponovno dobiti apetit i imati snage biti aktivno. Često je dobro ostaviti dijete kod kuće jedan dan nakon prestanka groznice kako bi povratilo snagu.

Dobro je imati doma

Toplomjer i lijekovi za snižavanje temperature trebaju uvijek biti doma u kućnoj ljekarni. Toplomjer za mjerenje temperature u rektumu (n. pr. Telfo) za one najmlađe, odnosno toplomjer za mjerenje u uhu (n. pr. Braun Thermoscan) za djecu stariju od godinu dana. Detaljne informacije o lijekovima možete uvijek naći u letku s uputama ili na fass.se.

Pitajte rado nas u Ljekarni Apoteket i mi ćemo vam pomoći!





Kada želite više savjeta

U ljekarni Apoteket možete dobiti savjete o liječenju doma i pomoć u izboru lijekova za snižavanje temperature. Također vas možemo uputiti na zdravstvenu skrb kada je to potrebno. Uvijek možete pozvati zdravstveno savjetovalište na telefonski broj 1177. Oni su neprekidno otvoreni i mogu vam pomoći odlučiti je li vrijeme potražiti zdravstvenu skrb i kamo trebate ići. Kod hitnih stanja, opasnih po život, pozovite hitnu pomoć na telefonski broj 112.

Tel: 0771-450 450
apoteket.se

 **apoteket**

Vi gör det enklare att må bra