

## تب و پاشویه



بخش اطفال

واحد آموزش سلامت—بازنگری اول

در هنگام تشنج ناشی از تب، بهترین کار حفظ خونسردی و خواباندن کودک به پهلو است. تا اجازه داده شود که ترشحات از دهان وی خارج شود.

محکم نگه داشتن کودک در حال تشنج، سبب افزایش تحریک سیستم عصبی و افزایش طول مدت تشنج می شود، تشنج ناشی از تب معمولاً ۳ تا ۵ دقیقه بیشتر طول نمی کشد، والدین پس از بروز تشنج باید هرچه سریعتر کودک را به یک مرکز درمانی منتقل نموده تا بررسیهای بیشتر به عمل آید.

جهت دریافت فایل و فیلم آموزشی بارکد های زیر را با گوشی

تلفن همراه خود اسکن نمایید.



## توجه:

برای پایین آوردن تب کودک از آب سرد استفاده نکنید.

استفاده از آب سرد در پاشویه، برای پایین آوردن دمای بدن در هنگام تب، باعث انقباض عروق پوست سده و منجر می شود تا خون کمتری در زیر پوست جریان یابد، بنابراین تبادل گرمایی بین خون و پوست کاهش یافته که این خود مانع پایین آمدن دمای بدن کودک می شود.

## تشنج ناشی از تب

تشنج ناشی از تب در سن ۶ ماه تا ۵ سال کاملاً شایع است.

در تشنج، کودک به طور مساوی در هر دو طرف بدن دچار تکان ناگهانی و لرز می شود یا ممکن است که بدن کودک سفت شده و پاها و بازوها را به صورت چوب شده نگه دارد.

کودکان معمولاً بعد از تشنج به خواب عمیقی فرو می روند.



## تب و پاشویه :

تب از علایم شایع بیماریها در کودکان می باشد. تب در بسیاری از مواقع خوش خیم بوده و به علت پاسخ سیستم ایمنی برای از بین بردن عامل مولد تب ممکن است مفید باشد.

تب عبارتست از درجه حرارت بدن که از تغییرات طبیعی آن بیشتر می شود. دمای غیر طبیعی بدن به میزان ۳۸ درجه سانتیگراد یا بالاتر می باشد.

ابتدا لباسهای کودک را کم کرده و او را از منبع

## برای کاهش تب کودک چه باید کرد؟

حرارت دور می کنیم.

جهت پایین آوردن تب از استامینوفن طبق دستور پزشک استفاده می کنیم.

به کودک مایعات به میزان فراوان می دهیم. در صورتیکه با دادن استامینوفن ، تب پایین نیامد و همچنان بالای ۳۹ درجه است پاشویه را انجام می دهیم.

## توجه:

منظور از پاشویه شستن دست و صورت و پا نیست، چون این اعضای نامبرده شده، از قسمتهای انتهایی بدن بوده و در اثر سرد کردن، عروق یا رگهای آنها روی هم خوابیده و در نتیجه خون کمتری به این قسمتها می رسد و با وجود اینکه این اعضا خنک هستند، تاثیر چندانی در پایین آوردن تب نخواهند داشت.

## نکته :

هرگز با استفاده از الکل، کودک را پاشویه نکنید زیرا الکل از طریق پوست جذب شده و وارد خون می شود. ورود الکل به خون می تواند سبب بروز مشکلات تنفسی شود و یا کودک بر اثر کاهش قند خون، خواب آلود یا تحریک پذیر گردد.

## چگونه کودک خود را پاشویه نماییم؟

تکه ای پارچه را در آب ولرم قرار داده و آن را فشار داده تا آب اضافی آنها گرفته شود، بعد روی شقیقه، دور گردن، زیر بغلها، و روی کشاله رانهای کودک گذاشته و منتظر بمانید تا پارچه ها گرم شوند، بعد از ۲ تا ۳ هفته پارچه ها را تعویض کرده و به مدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه این عمل را تکرار کرده و سپس دمای بدن کودک را با ابزارهای مختلف نظیر دماسنج جیوه ای، دیجیتالی کنترل کرده و تا زمانی که درجه حرارت به ۳۸ تا ۳۸.۵ برسد تن شویه را ادامه می دهیم .

## نکته :

حتما نیم تا یک ساعت قبل از شروع تن شویه، به کودک، استامینوفن داده شده باشد، چنانچه که با مصرف استامینوفن به تنهایی موفق به کنترل تب نشده اید، اقدام به تن شویه کنید. تن شویه به تنهایی کودک را دچار لرز می کند.