

Co dělat, když má dítě horečku?

Důvody

Nižší schopnost termoregulace u dětí – čím menší dítě, tím horší schopnost termoregulace. Zvýšená teplota je známkou obranyschopnosti jedince, proto ne každou zvýšenou hodnotu je nezbytné srážet léky.

Příčiny

U malých dětí růst zubů, obecně infekce všeho druhu, ale také přehřátí dětí oblečením nebo vysokou okolní teplotou, nedostatkem tekutin, někdy po očkování, vzácněji jiné závažné příčiny.

Definice

Zvýšená teplota 37-38 st. C, horečka nad 38 st. C a vysoká horečka nad 40 st. C. Normální je naměření vyšší teploty ve večerních hodinách oproti rannímu měření.

Měření

Optimálně stupnicovým teploměrem (i dnes lze koupit nertuťové) nebo certifikovaným digitálním nebo bezkontaktním teploměrem s čerstvými bateriemi (jinak jsou naměřené hodnoty velmi nespolehlivé). Do 18 měsíců se měří zasunutím teploměru do konečníku do 1 cm od kraje maximálně, u starších dětí v podpaží celkově 5 minut. Při měření teploty v konečníku odečteme 0,5 st C, aby se hodnoty daly porovnávat (v dutinách je teplota vyšší). Tzn. např. vidím na teploměru v konečníku teplotu 37,5 st C, po odečtení 0,5 st C uzavíráme, že teplota dítěte je 37,0 st., tedy stále ještě norma.

Opatření

Dítě uložit do postele, obléknout a přikrýt přiměřeně okolní teplotě v místnosti (přehřátím teplotu ještě zvýšíme)

- podáváme dostatek vlažných, či spíše studených tekutin, naopak do jídla ho nenutíme, děti spíše akceptují kašovitou formu stravy (vývary, pudinky, kaše)
- při teplotě nad 38 st C srážíme teplotu paracetamolem nebo ibuprofenem v dávce 10 mg na kg váhy dítěte. Nikdy u dětí nepoužíváme přípravky s kyselinou acetylsalicylovou (Aspirin)! U kojenců a malých batolat přednostně podáváme léky formou čípků do konečníku, u předškolních a malých školních dětí v sirupu, u starších dětí v tabletách.
- Půl hodiny po podání teplotu přeměříme. Je-li alespoň o 0,5 st C nižší než původní (tedy např. místo 38,5 je 38 st), pak lék zabral a dítě necháme v klidu ležet, opakujeme měření po 2 h, v př. zhoršení stavu dítěte i dříve. Další lék stejného typu můžeme podat nejdříve za 6 hodin (tedy např. po paracetamolu za 6 h opět paracetamol).
- Stoupá-li však teplota nad 38 st C dříve než za 6 h, je vhodné střídát léky s různou účinnou látkou po 4 h (např. ve 12,00 h podám paracetamol, v 16,00 h ibuprofen, ve

20,00 h paracetamol, o půlnoci ibuprofen,..atd). Teplota však stále stoupá přes 38 dříve než za 4 h nebo lék nezabral = nesnížil po ½ h teplotu alespoň o 0,5 st C? Je na místě začít se sprchováním nebo omýváním malého dítěte houbou ve vaničce s vlažnou vodou. Děti toto snáší lépe než zábaly, ale i ty je možno dělat, jen je nepřikrývat peřinami. Při sprchování nepoužíváme proud ledové vody a nikoliv rovnou na hrudník, ale začínáme sprchovat vlažnou vodou od dolních končetin směrem k horní části hrudníku pomalu, postupně.

- Stejným způsobem omýváme malé dítě houbičkou ve vlažné vodě ve vaničce. Jakmile má dítě husí kůži nebo cítí velkou nevěli, proceduru ukončíme a opět přeměříme. Klesla-li teplota alespoň o 0,5 st C, dítě osušíme a uložíme v klidu do postele. Pokud ne, dítě osušíme, necháme odpočinout a proceduru několikrát do hodiny opakujeme.

Kdy kontaktovat lékaře?

Při trvání horeček déle než 2-3 dny, u novorozence nebo malého dítěte do 24 hodin, celkové ochablosti dítěte, které se chová nezvykle (více spavé nebo naopak dráždivé), opakovaně zvrací nebo má vodnaté časté stolice, na kůži se objevují skvrnky, které po zatlačení dnem skleničky na kůži nemizí, má výrazné bolesti hlavy nebo břicha, které běžnými postupy neustupují.

Komplikace

- febrilní křeče – dítě významně neohrožují na životě ani zdraví, během křečí pouze zabraňte poranění dítěte a neustoupí-li do 1 minuty, volejte telefonem 155. Po prodělání této příhody informujte svého lékaře a poraďte se s ním o dalším postupu.
- Dnes již není třeba preventivně podávat žádné léky nebo odkládat plánované očkování.
- odvodnění - dítě odmítá pít, málo močí a je apatické – kontaktujte lékaře, dávejte dítěti dále chladné nápoje po lžičkách po 5 minutách.

Upozornění

Dítě mějte stále na dohled dospělé osoby, nenechávejte je samotné užívat léky a nespolehejte na to, že bude samo pít potřebné množství nápojů!