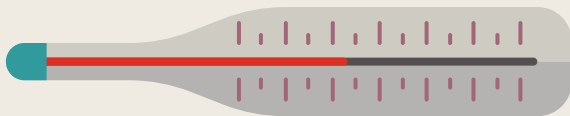


Teplota u dojčiat a detí



Horúčka nie je choroba ale nešpecifický príznak možného ochorenia!

Cieľom liečby nie je horúčku úplne potlačiť, ale ju zmierniť a tým zlepšiť celkový stav dieťaťa a predchádzať jej potenciálnym komplikáciám.

DO 37°C

NORMÁLNA TEPLOTA

Ak má Vaše dieťaťko 3 mesiace až 3 roky a teplota nepresahuje 37.8°C, lieky **nedávajte**.

Lieky podávame, keď teplota vystúpi na viac ako 38°C, ak je dieťa plačlivé, ubolené a nekludné.



Dieťaťku mladšiemu ako 2 mesiace, **nepodávajte žiadne lieky proti horúčke bez toho, aby ste najprv konzultovali detského lekára!**

DO 38°C

ZVÝŠENÁ TEPLOTA

Lieky proti horúčke podávame až pri teplote nad 38°C.

Rady pri podávaní liekov proti horúčke:

- Nepodávajte viac ako 5 dávok za jeden deň!
- Nekombinujte lieky proti teplote
- Dieťaťu mladšiemu ako 2 mesiace nepodávajte lieky bez toho, aby ste konzultovali detského lekára
- Pozorne si prečítajte liekovú krabičku. Uistite sa, že dávate dieťaťu odporúčanú dávku lieku
- Sirupy dávajte len liekovými odmerkami
- Nepoužívajte čajovú lyžičku alebo polievkovú lyžicu, lebo nie sú vhodné na presné dávkovanie

Čo ešte môžete spraviť aby sa dieťa cítilo lepšie?

- Pravidelne podávajte dostatok tekutín aby sa predišlo dehydratácií a pomohlo prirodzene znížiť horúčku. Uprednostňuje sa čaj, riedené ovocné šťavy a voda.
- Ak dieťa pije a prijíma dostatočné množstvo tekutín, nenúťte ho do jedla ak nemá chuť
- Uložte dieťa aby malo pokoj na lôžku
- Izbovú teplotu udržiajte okolo 22 °C
- Oblečte dieťa do priedušného odevu, ľahkej bavlnenej pyžamy. Babušenie dieťaťa v teplom nevzdušnom odevu pomáha udržiavať teplotu a horúčka bude ešte stúpať.
- Ak je dieťaťu zima, alebo pociťuje chlad, použite ľahkú prikrývku.

NAD 39°C HORÚČKA

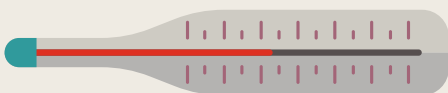
Podávame zábaly alebo použijeme vlažnú sprchu

Kedy podávať zábal alebo sprchu na zníženie horúčky?

Zábal, alebo sprcha sú vhodné pri teplote nad 39°C. Zvyšujú odvod tepla priamym ochladzovaním kože alebo odparovaním jemného filmu tekutiny.

Zábal pripravíme tak, že namočíme tkaninu (uterák, plienku, plachtu a pod.) do vlažnej vody (cca 22°C), vyžmýkame a obtočíme okolo trupu (hrudník, brucho, slabiny), prípadne stehien a ramien. Cez zábal prekryjeme len tenkú suchú prikrývku, aby bol dobrý odvod sálajúceho tepla. Zábal možno ponechať 10 minút a opakovať až do poklesu teplôt. Postup sa môže podľa potreby niekoľkokrát opakovať, avšak iba ak teplota pretrváva nad 39°C, aby nedošlo k podchladeniu dieťaťa. Ideálna teplota v miestnosti je okolo 24°C.

Teplota u dojčiat a detí



Tento edukačný materiál bol vytvorený
v spolupráci s Prof. MUDr. Ľudmilou Podrackou, CSc.