



## کنترل تب در کودکان:

تب را به نوعی پاسخ التهابی بدن می دانند. هر نوع التهاب یا بیماری که باعث تحریک سیستم ایمنی شود، می تواند منجر به ایجاد تب گردد. مرکز کنترل دمای بدن هیپوتالاموس است که با به کارگیری واسطه های التهابی باعث تغییر دمای بدن می شود. هرچه سن بیمار کمتر باشد، بروز تب اهمیت بیشتری دارد. در سنین نوزادی و اوایل شیرخوارگی به شرط این که ناشی از پوشش زیاد بیمار نباشد، می تواند یکی از اولین نشانه های عفونت های شدید باشد. تب می تواند گاهی تنها نشانه وجود یک بیماری زمینه ای جدی در فرد باشد.



### تعریف تب:

- درجه حرارت دهانی بالاتر از  $37/8$  درجه سانتیگراد
- درجه حرارت زیر بغلی بالاتر از  $37/2$  درجه سانتیگراد
- درجه حرارت مقعدی بالاتر از  $38$  درجه می باشد.

### روش های اندازه گیری دمای بدن:

- روش مقعدی که به علت خطر شکستن تب سنج امروزه کاربرد وسیعی ندارد.
- روش دهانی یا زیر بغلی که بیشترین کاربرد را دارند.
- روش داخل گوش که حساسیت کمتری دارد اما در عمل بیشترین کاربرد را بخصوص در بیماران سرپایی دارد.

### علت های بروز تب:

عفونت ها شایعترین علت ایجاد تب در کودکان است. بیماری های رایج ویروسی و باکتریایی بیشترین بیماری هایی هستند که باعث تب می شوند. این بیماری ها شامل موارد زیر می شوند: سرماخوردگی، عفونت های گوارشی عفونت گوش، عفونت راه های هوایی و عفونت ادراری.

درآوردن دندان باعث ایجاد تب نمی شود. همیشه باید به دنبال علت های دیگری برای تب بود. بخصوص دمای بدن بالاتر از  $38/9$  درجه سانتیگراد هرگز نباید به دندان درآوردن نسبت داده شود.

پیچاندن کودک زیر سه ماه در لباس یا پتوی زیاد می تواند درجه حرارت کودک را اندکی افزایش دهد. با این وجود دمای مقعدی  $38/5$  درجه سانتیگراد یا بالاتر به احتمال زیاد مربوط به

پوشاندن زیاد نیست و باید مورد ارزیابی قرار گیرد. برخی از واکسن‌های دوران کودکی می‌توانند باعث تب شوند. بسته به نوع واکسن، زمان تب متفاوت است.

## عوارض تب:

ضعف و ایجاد کسالت، دوری از مدرسه و فعالیت‌های اجتماعی از شایع‌ترین عوارض تب به‌شمار می‌آیند. سایر عوارض شامل: کم‌آبی، بروز خواب‌آلودگی، تشنج، خونریزی مغزی می‌باشد.



## کنترل و درمان تب:

فارغ از اینکه علت تب چیست، باید تب‌های بالاتر از ۳۸٫۵ درجه سانتیگراد را کنترل کرد.

یکی از اولین اقداماتی که در زمان بروز تب لازم است، کاهش پوشش بدن کودک و رساندن دمای اتاق به حدود ۲۲ درجه سانتیگراد می‌باشد.

توصیه می‌شود جهت کاهش دمای بدن از تن‌شویه - که یکی از ساده‌ترین و در دسترس‌ترین روش‌ها جهت کنترل تب است - استفاده شود. روش انجام تن‌شویه به شکل استفاده از پارچه تمیز و آغشته کردن آن به آب ولرم است؛ سپس پارچه را در سطوح قفسه سینه دست‌ها و پاها قرار داده از به‌کارگیری آب یخ یا تکه‌های یخ یا غوطه‌ور کردن کودک در آب یا قرار دادن زیر جریان مستقیم آب یا باد سرد خودداری شود. **مصرف الکل جهت تن‌شویه در موارد تب به علت خطر بالای مسمومیت‌های الکلی اکیداً ممنوع می‌باشد.** در مرحله بعدی باید از داروهای تب‌بر استفاده شود.

## درمان‌های دارویی تب:

استامینوفن و ایبوپروفن دو دارویی هستند که جهت کنترل تب در کودکان استفاده می‌شوند.

در سنین نوزادی تنها داروی تأیید شده در نوزادان استامینوفن است. ایبوپروفن تنها بعد از ۶ ماهگی جهت کنترل تب استفاده می‌شود.

میزان مصرف تأیید شده استامینوفن در اطفال ۱۰-۱۵ میلی‌گرم به ازای هر کیلوگرم وزن بدن است.

میزان مصرف تأیید شده ایبوپروفن در اطفال ۵-۸ میلی‌گرم به ازای هر کیلوگرم وزن کودک می‌باشد.

استفاده از سایر داروهای تب‌بر مانند آسپیرین و دیکلوفناک و ... در اطفال مجاز نمی‌باشد. استفاده همزمان استامینوفن و ایبوپروفن توصیه نمی‌شود. فاصله بین دوزهای استامینوفن هر ۴-۶



ساعت و در مورد بروفن هر ۸ ساعت می باشد. در بیماران با خطر خونریزی گوارشی تجویز بروفن جایز نیست.

نکته قابل توجه در تب این است که، تب می‌تواند در همراهی با سایر علائم و نشانه های بیماری باشد که گاهی بسیار خطرناک می باشند. توصیه می شود در موارد تب های بالا بخصوص وقتی همراهی با علائمی مثل سردرد، درد یا تورم موضعی، بروز ضایعات پوستی، کاهش سطح هوشیاری، علائم گوارشی مثل تهوع یا استفراغ یا علائم ادراری داشته باشد، کودک حتماً توسط متخصص کودکان معاینه شود. در ضمن در بعضی از موارد بنا به صلاحدید پزشک معالج



انجام آزمایشات و بررسی های تصویربرداری و حتی گاهی بستری در بیمارستان و یا شروع داروهای ضد میکروبی به صورت خوراکی یا تزریقی نیاز می باشد.

آنچه که مهم است، والدین محترم باید در مواجهه با هر تبی در کنار تلاش برای کنترل آن با حفظ آرامش حتماً با ارزیابی شرایط بالینی فرزند خود و با مشورت با پزشک متخصص کودکان بهترین شرایط را برای درمان و بررسی علل زمینه ای تب بیمار فراهم آورند.

از آنجا که تب می‌تواند طیف وسیعی از بیماری‌ها را همراهی نماید و در ابتدا ممکن است تنه‌ا نشانه از یک بیماری باشد که در روزهای آینده سایر علائم و نشانه های آن بروز نماید، لازم است تا زمانی که حرارت بدن برای مدت ۲۴ ساعت بدون دریافت تب بر طبیعی شود، بیمار از حضور در مدرسه و کلاس درس منع شود.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



# آموزش به بیمار

کد ۹۱



## تب در کودکان

باتمید و تأیید: دکتر آریا حاجی (متخصص کودکان، دانشگاه علوم پزشکی ایران، مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص))  
تنظیم کننده: المیرا نوری (کارشناس ارشد آموزش مامایی)

سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>