

מהו חום:

החום היא תגובת הגוף להמצאות גורמי מחלה שונים ואחת מדרכי התמודדות הגוף במחלה.

עלית חום מוגדרת כחם גוף גבוה מ- 37.6° במדידה דרך הפה, וחום גוף הגבוה מ- 38.0° במדידה דרך פי הטבעת. חום אינו מחלה בפני עצמה! עלית חום אינה יכולה לגרום לנזק אלא אם טמפרטורת הגוף עולה על 41° C.

דרכים למדידת חום:

מדידת חום דרך פי הטבעת: זוהי המדידה הכי אמינה.

זוהי השיטה המומלצת לילדים עד גיל 5 שנים. רצוי לשים וזלין על קצה מד החום כדי להקל על הפעולה.

מדידה בפה: יש צורך בשיתוף פעולה של הילד. לא ניתן להשתמש בשיטה זו במקרים של מצוקה נשימתית או שינויים במצב ההכרה.

מדידה בכית השחי: שיטה פחות אמינה, ניתן להשתמש בה כאשר לא ניתן למדוד חום בדרכים אחרות.

מדידה דרך האוזן: במכשיר המיועד לכך. שיטה המתאימה לכל גיל אך אמינותה נמוכה.

טיפול בחום:

כל עוד החום אינו מגיע ל- $38.5 - 38$ מעלות, אין צורך לפעול להורדתו, אלא אם כן יש נטייה לפרקוס.

בגדים – אין צורך בכיסוי הילד בשמיכות או בלבוש חם, עדיף להשאיר את הילד בשכבה דקה של בגדים ולאוויר היטב את החדר.

תזונה – בזמן מחלת חום יש לעיתים ירידה בתאבון – זוהי תגובה טבעית של הגוף. חשוב להקפיד על שתייה מרובה ולהציע מזונות שהילד אוהב.

תרופות:

אקמול: (paracetamol , אקמולי דקסמול, אלדולור, אברולט) המינון המומלץ הוא 10-15 מ"ג/לק"ג משקל. ניתן לתת אקמול כל 4-6 שעות אולם אסור לתת יותר מ- 5 מנות של 15 מ"ג ביממה.

אקמול מתחיל בפעולתו כ- 30 דקות לאחר המתן ומשך פעילותו היא 2.5-4 שעות. התרופה מופיעה בסירופ, נרות או טבליות. אין לחצות נר אקמול. חישוב מינון התרופה יקבע על ידי הרופא לפי משקל הילד.

איבופרופן: (נורפן, אדויל) מופיע כסירופ נרות וטבליות. המינון המומלץ היינו 5-10 מ"ג לק"ג משקל, כל 6-8 שעות.

לא מומלץ לשלב תרופות שונות להורדת חום

יש לגשת בדחיפות לרופא הילדים במצבים הבאים:

- כל ילד מתחת לגיל 3 חדשים עם הופעת חום מעל 38° .
- בחום מעל 38° בכל גיל אם הופיע אחד מהסימנים הבאים:
- שינוי התנהגותי (ישנוני, אינו שותה אינו אוכל, אי שקט)
- הקאות ושלשולים מרובים
- כאבי ראש חזקים או כאבי צוואר
- שטפי דם תת עוריים
- פרכוסים
- ילדים עם דיכוי המערכת החיסונית
- קושי בנשימה
- מרפס תפוח
- צליעה או נפיחות בפרקים

בברכת החלמה מהירה

צוות מלר"ד ילדים