

## تب چیست؟

تب افزایش درجه حرارت بدن می باشد که ناشی از ورودیک پاتوژن مانند میکروب، ویروس، قارچ انگل، دارو، و عوامل دیگر.. به بدن است محدوده طبیعی دمای بدن ۳۷ درجه سانتی گراد می- باشد البته در اطفال دما بصورت زیر بغلی گرفته می شود و به دمای بیش از ۳۸ درجه سانتی گراد تب گفته می شود. برای کاهش دمای بدن از استامینوفن اطفال ۱۰ mg- ۱۵ به ازای هر کیلوگرم وزن (یک شیف استامینوفن ۱۲۵ میلی گرم به ازاء هر ۱۰ کیلوگرم) به فاصله هر ۴ ساعت استفاده می شود و شستشو با اسفنج مرطوب

با آب ولرم روش دیگری جهت کاهش درجه حرارت می باشد. که راههای آن شامل : ۱- کم کردن لباس بیمار

۲- خنک کردن هوای اتاق

۳- دادن مایعات زیادتر بر اساس سن می باشد .

یکی از مهمترین مشکلات والدین عدم تن شویه درست کودکان تب دار است. چنانچه درجه حرارت به ۲۸/۵ درجه سانتی گراد برسد حمام اسفنجی با استفاده از آب ولرم سبب کاهش تب می شود. حمام اسفنجی را می- توان به این صورت انجام داد:

۱- پوشاک کودک را در آورید

۲- پارچه خنک و مرطوب را روی پیشانی کودک قرار دهید

۳- از آب ولرم استفاده کنید

۴- از تنه شروع نموده و مسیر رگهای خونی بزرگ را با پارچه خنک کنید از زیرگردن بسوی زیر بغل و سپس کف دستها و از کشاله ران بطرف کف پا ادامه دهید (تن شویه بر روی گردن موجب کاهش خونرسانی به مغز کودک و در نتیجه کاهش هوشیاری کودک می شود).

چنانچه تب کودک کاهش یافت باید مجددا لباس کودک را پوشاند تا از لرز او جلوگیری شود زیرا لرز موجب افزایش دمای بدن شده و دمای بدن کودک مجددا افزایش می یابد.



من اسهلو دوا  
و ذکرهو شفا

"تب کودک خود را  
کنترل کنید"

آموزش پرستاری



اگر مادران از طرز صحیح تن  
شویه آگاه باشند با کاهش  
دمای بدن کودک میزان بروز  
تشنج ناشی از تب در  
کودکان مستعد کاهش می  
یابد و البته بدنبال کاهش  
تشنج آسیبهای روانی که بر  
خانواده وارد می شود را می  
توان کاهش داد و همچنین  
هزینه هایی که جهت درمان  
و بستری شدن کودک صرف  
میشود نیز کاهش می یابد.

AMIRKOLAmuBABOL.AC.IR

تلفن: ۰۱۱-۳۲۴۲۱۵۱-۵

نمابر: ۰۱۱۳۲۴۰۶

شماره ۲۸



