

HOREČKA U DĚTÍ

Jak reagovat na horečku dítěte? Být informován a být vybaven léky, to je předpoklad správné reakce na horečku dítěte.

Včas podat léky na snížení horečky předpokládá mít je trvale k dispozici, tedy již doma !

U malých dětí je výhodné mít po ruce jak sirupovou formu, tak i čípky v případě zvracení.

Horečka je vzestup tělesné teploty nad 38,5 °C v konečniku, tedy nad 39 st.C v podpaždí.

Zvýšená teplota je teplota v konečniku 37,5 – 38,5 °C, v podpaždí 37,0 - 38,0 st. C.

Extrémní horečka je teplota nad 41 °C. Může být příznakem závažného stavu.

Pro pacienta představuje riziko. Hrozí křeče, porucha vědomí, odvodnění organismu.

Zjistíme-li u dítěte horečku 38,5 st. C v konečniku, tedy 38 st. C v podpaždí, případně i vyšší a dítě přijímá bez problémů tekutiny, nemá jiné varovné příznaky (viz.níže), pak zahájíme příznakovou léčbu horečky :

PŘÍZNAKOVÁ LÉČBA HOREČKY:

-fyzikální ochlazování těla

-léky ke snížení horečky (pro nejmenší je vhodný sirup, případně čípky)

-dostatečné zavodnění

* FYZIKÁLNÍ OCHLAZOVÁNÍ TĚLA

Je-li teplá kůže na rukách a nohách při horečce, pak je možno podat zábal, koupel či vlažnou sprchu.

Zábaly – zábal oblasti hrudníku, břicha, třísel. Osušku nebo prostěradlo namočené ve vlažné vodě (asi 25 st.C), vyždímáme a ponecháme přiložené 15 – 20 min. Pacienta již nepřikrýváme. Pak zábal rozbálíme, osušíme kůži a přeměříme teplotu. Trvá-li horečka je možno zábal opakovat 3× během 2 hod. Doporučená teplota okolního prostředí je asi 24 °C. Nebalíme dítě do igelitu !

Na lůžko je vhodná deka nebo další osuška k zábraně promáčení matrace.

Omývání – ve vaničce s malým množstvím vody o teplotě 29 – 32 °C po dobu 10 – 20 min., doporučená okolní teplota 24 °C.

Sprchování – spíše u starších dětí - podobně vlažnou vodou.

Zákaz snižování horečky pomocí vody v případě:

- má-li dítě „mramorovanou“ kůži, tj. bledou až nafialověle „flekátou“ pokožku ,

chladné koncové části těla – ruce a nohy,

má třesavku (zimnici) nebo puchýřnatou vyrážku na trupu.

Při zimnici dítě přikryjeme, aby se zahřálo.

Po výstupu horečky pak odstraníme přikrývku nebo necháme dítě jen s lehkou pokrývkou, aby mohlo teplo sálat do okolního prostředí.

*LÉKY KE SNÍŽENÍ HOREČKY (PARACETAMOL, IBUPROFEN)

Vhodné je podávat jeden druh léku proti horečce (Paracetamol nebo Ibuprofen). V situaci, kdy horečka neklesá po správné opakované dávce jednoho přípravku i případně po pokusech snížit teplotu pomocí zábalů, nebo koupelí, pak lze přidat druhý přípravek proti horečce. Lze je pak podávat v odpovídající léčebné dávce střídavě.

PARACETAMOL (léky : Paralen, Panadol, Ben-u-ron, Mexalen, Efferalgan...)

Dávkování: 15 mg/kg hmotnosti dítěte na 1 dávku po 6 hodinách.

Dávka na den (24 hod.) celkem 60 mg/kg hmotnosti dítěte.

Je ověřena vysoká bezpečnost. Maximální účinek za 30 minut, trvá 4 - 6 hod.
Paracetamol je možné podávat i novorozencům, alergikům, astmatikům, pacientům s poruchou krevní srážlivosti i se zažívacími obtížemi. Paracetamol se považuje za lék první volby u novorozenců a při předcházení horečky v rámci očkování.

IBUPROFEN (léky: Nurofen, Ibalgin, Brufen...)

Dávkování: 5 – 10 mg/kg hmotnosti dítěte na 1 dávku po 8 hodinách.

Dávka na den (24 hod.) celkem 15 – 30 mg/kg hmotnosti dítěte.

Maximálního účinku na horečku je dosaženo za 2 – 4 hodiny, trvá 4 – 8 hodin.

Doporučuje se pro děti od 2 měsíců věku (resp. od hmotnosti 7 kg).

Nepodáváme: dětem mladším 3 měsíců nebo s hmotností pod 6 kg, ženám ve 3. trimestru (poslední 3 měsíce) těhotenství, při vředové chorobě žaludku, při poruše krevní srážlivosti.

Další přípravek proti horečce – možno podat až od 15 let věku pacienta!

KYSELINA ACETYLSALICYLOVÁ (léky: Acylpyrin, Superpyrin, Anopyrin, Upsarin)

Nepodávat do 15 let věku ! Hrozí závažné komplikace !

Dávkování: 5 – 10 mg/kg hmotnosti adolescenta a 1 dávku po 6 hod.,

Dávka na den (24 hod.) celkem 20 – 40 mg/kg hmotnosti dítěte.

*** DOSTATEČNÉ ZAVODNĚNÍ**

Předpokladem ústupu horečky je dostatečné zavodnění. Nabízíme vlažný nebo i chladnější čaj, případně čistou vodu nebo vodu s džusem. U malých dětí lze podávat mléčné výrobky podle zvyklostí. Nejmenším dětem je vhodné přidávat k mléčným dávkám i dětský čaj. Zvrací-li dítě, vynecháme jídlo, tzn. u malých dětí i mléko, podáváme pak lehce slazený čaj, spíše chladnější a po malých porcích. Stravu vynecháme při zvracení na 1/2- 1 den. Značíme denní příjem všech přijatých tekutin. Pokud po této době dítě již nezvrací, začneme přidávat dietní stravu podle věku. Má-li dítě průjem nedáváme mléko. Kojení není třeba přerušovat.

Odhadovaná potřeba všech tekutin u dítěte podle věku při normální tělesné teplotě

(kg = přepočet na hmotnost dítěte, den = 24 hod.)

dítě do 1 roku asi 120 -130 ml/kg/ den (např. 10 kg dítě 1200 -1300 ml/den)

dítě 1 -7 roků asi 120 - 80 ml/kg/ den

dítě 7 – 12 roků asi 80 - 60 ml/kg/den

dítě 12-16 roků asi 60 - 40 ml/kg/den

Při horečce se potřeba tekutin navíc zvyšuje asi o 12% na každý 1 stupeň C nad 37 st. C .

Kdy urychleně vyhledat lékařskou pomoc ?

Je-li horečka + některý či více z níže uvedených varovných příznaků:

Obtížné dýchání.

Obtížné polykání spojené se sliněním, odmítání se položit na záda.

Namodralá barva kůže.

Opakované zvracení a / nebo opakované a četné průjemové stolice.

Nedostatečný příjem tekutin.

Neprobuzení či nedostatečný kontakt (apatie).

Pláč neutišitelný ani v náručí rodičů.

Vyrážka typu „modřinek“, krvácení do kůže (červené, fialové flíčky) .

Svalové křeče.

Bolesti při předklonu hlavy a posazování, silné bolesti hlavy, světloplachost.