

Помощь при повышении температуры

Повышенной считается температура выше 37 °С. Повышение температуры (лихорадка или гипертермия) — практически постоянный симптом гриппа и частый симптом других ОРВИ. Лихорадка при инфекционных заболеваниях является защитной реакцией организма, направленной на уничтожение возбудителей болезни, и не следует стремиться снизить температуру при малейшем ее повышении. Тактика зависит от конкретных цифр повышения температуры, самочувствия, возраста и особенностей состояния здоровья ребенка.

Умеренное повышение температуры до 38—38,5 °С обычно не опасно и не требует снижения. Если самочувствие ребенка нормальное, нужно уложить его в постель, обеспечить покой. С повышением температуры потери жидкости организмом возрастают, поэтому при лихорадке ребенок должен много пить. Если ребенок не хочет пить, проявите настойчивость. Суточная потребность в жидкости при гипертермии у ребенка раннего возраста составляет 150 мл на кг веса, у ребенка старше 3 лет — 80—100 мл на кг веса.

Если температура поднимается выше 38,5 °С, ее необходимо снижать. Детям младше 3 месяцев, детям, у которых отмечались судороги при повышении температуры, и детям, страдающим хроническими заболеваниями нервной или сердечно-сосудистой системы, снижать температуру следует при повышении до 37,5 °С.

Для снижения температуры используют *жаропонижающие средства*. Поскольку возможна ситуация, когда экстренная консультация врача невозможна, целесообразно заранее получить рекомендации по снижению температуры у педиатра, наблюдающего вашего ребенка, и по его совету купить и хранить в домашней аптечке рекомендованный им препарат. Перед применением жаропонижающего внимательно изучите инструкцию, проверьте срок годности препарата.

Кроме медикаментозных существуют и *физические методы снижения температуры*. Можно обтереть тело водой комнатной температуры и в подмышечные и паховые области положить смоченную прохладной водой ткань. Действенный и легкий для выполнения вариант — водочно-водные обтирания: раствором комнатной температуры (1 часть водки, 1 часть воды) обтирают (смачивают, но не растирают!) кожу ребенка, кроме лица, области живота и промежности. После обтирания нужно оставить ребенка раскрытым на 1—2 минуты. Снижение температуры при правильно проведенной процедуре составляет около 1 °С. Этот метод можно применять как дополнение к жаропонижающим. У детей старше 6 месяцев, не имеющих хронических заболеваний сердечно-сосудистой и нервной системы, при повышении температуры до 38 °С возможно использование водочно-водных обтираний без приема жаропонижающих препаратов.

Жаропонижающие средства

Для снижения температуры у детей наиболее часто используют парацетамол. Панадол, Калпол, Тайленол, Цефекон Д — это торговые названия парацетамола разных производителей. Препарат производится в разных формах: сироп, таблетки, ректальные свечи. Сироп — удобная форма для дозирования и приема, но если ребенок страдает пищевой аллергией, возможна реакция на красители и вкусовые добавки, входящие в состав сиропа. Поэтому для детей-аллергиков следует использовать таблетки.

Таблетки делят согласно назначенной ребенку дозировке, отделенную часть размельчают с помощью двух ложек. Порошок можно смешать с кисло-сладким вареньем, банановым пюре или подслащенной водой. Не следует смешивать таблетки с молоком, супом, кашей: у ребенка может сохраниться неприятное воспоминание о данном продукте и он откажется от него в дальнейшем.

Ректальные свечи можно использовать, если ребенок не оказывает сопротивления при их введении. Чтобы избежать неприятных ощущений, свечу следует смазать вазелином или смочить водой. Свечи оказывают быстрое жаропонижающее действие, что не всегда является положительным моментом. Быстрое снижение температуры может сопровождаться резким расширением сосудов и падением артериального давления.

Аспирин (ацетилсалициловая кислота) сегодня в педиатрии практически не используется из-за опасности токсических и аллергических реакций у детей.

Анальгин (метамизол) при длительном приеме приводит к нарушению кроветворения. Однократное использование анальгина таких осложнений не дает. Если с помощью парацетамола снизить температуру не удастся, врачи «неотложной помощи» обычно прибегают к внутримышечному введению анальгина.

Не рекомендуется использовать для снижения температуры у ребенка комбинированные средства. При сочетанном использовании нескольких препаратов опасность аллергических реакций и побочного действия лекарств возрастает.

