



تب به زمانی گفته می شود که دمای بدن بیش از ۳۸ درجه سانتیگراد باشد.
تب چیست و چه خطراتی دارد؟
تب عبارت است از:

- واکنش طبیعی و مفید بدن در برابر عفونت
- اغلب در طول بیماری های سبک مانند سرماخوردگی وجود دارد.
- به خودی خود جدی نیست، به ندرت پیش می آید که به تنهایی نشانه یک بیماری جدی باشد.

در اکثر موارد، بدون نیاز به استفاده از دارو از بین می رود.

چگونه دمای بدن کودک خود را اندازه گیری کنیم؟

روش های مختلفی برای اندازه گیری دما وجود دارد که هر کدام مزایا و معایبی دارند. بنابراین، متناسب با سن و بیماری کودک، لازم است ارزیابی کنید که چه روشی برای او مناسب تر است. اندازه گیری دمای بدن کودک از طریق مقعد، به منظور جلوگیری از آسیب رساندن به وی، دیگر توصیه نمی شود.

چه زمانی باید تب را درمان کرد؟

با ارزیابی وضعیت عمومی کودک، شما میتوانید متوجه شوید که آیا باید هر چه زود تر به پزشک مراجعه کنید یا نه ، مثلا :

- کم تحمل بودن و بد اخلاقی غیر معمولی
- گریه بی وقفه
- کاهش فعالیت و / یا هوشیاری
- از دست دادن اشتها
- اختلالات خواب

سن	روش اندازه گیری	مزایا	معایب	شیوه
کمتر از ۴ هفته	زیر بغل (زیر بازو)	سریع، بدون خطر آسیب زدن به کودک	به میزان اعتبار دماسنج توجه کنید.	دماسنج باید با پوست کاملاً خشک تماس داشته باشد.
بیش از ۴ هفته	زیر بغل و صماخی (از طریق گوش)	سریع و قابل اعتماد	برای اندازه گیری مناسب از طریق گوش، مجرای واقع در گوش می بایست تمیز باشد.	گوش باید به عقب کشیده شود تا مجرای گوش کاملاً باز شود. 



برای کودکان زیر ۳ ماه

هر تیبی که در ۳ ماه اول زندگی کودک رخ دهد باید به پزشک اطفال اطلاع داده شود و مورد مشاوره قرار گیرد، حتی اگر به نظر برسد که کودک بیمار نیست.



برای کودکان بالای ۳ ماه

در صورتی که دمای بدن کودک بالای ۳۸ درجه سانتیگراد بود:

- لباس کودک را درآورید
- به او آب بدهید
- اتاق را بیش از حد گرم نکنید (۲۰-۱۸ درجه سانتیگراد)
- به مدت ۳۰ دقیقه صبر کنید، سپس یکی از اقدامات زیر را انجام دهید:

○ در صورتی که وضعیت عمومی کودک خوب بود و دمای بدن زیر ۳۹ درجه سانتیگراد باشد، وضعیت کودک را نظارت کنید و در صورت عدم بهبودی، به پزشک مراجعه کنید.

○ در صورتی که وضعیت عمومی کودک نامناسب بود و/یا دمای بدن ۳۹ درجه سانتیگراد یا بیشتر بود، ترجیحاً با تجویز پزشک اطفال و متناسب با سن کودک به او داروی تب بُر بدهید، سپس بر وضعیت کودک نظارت کنید و در صورت عدم بهبودی، به پزشک مراجعه کنید.

نکات مهم

- در صورتی که فرزند شما بیمار است، با افراد/ مراکز زیر تماس بگیرید :
1. پزشک اطفال شما
 2. مرکز پزشکان: 0848133133
 3. در موارد اورژانسی و حیاتی : 144



Programme cantonal de promotion de la santé et
de prévention primaire enfants (0-4 ans) - parents



AIDE ET SOINS
À DOMICILE



Section VD Ne Ju
Fédération Suisse de Sages-femmes



GPV

Groupement des Pédiatres Vaudois