

Informace pro rodiče



Jak léčit horečku u dětí



Přeloučská poliklinika - dětské oddělení

Normální hodnota tělesné teploty je 36 – 37° Celsia. Za horečku považujeme teplotu nad 38,0 ° C. Zvýšená teplota je průvodním jevem nejrůznějších onemocnění a je důkazem mobilizace obranných sil organismu v boji proti infekci. Z tohoto důvodu při teplotě do 38° Celsia není potřeba podávat léky. Při horečce nad 38,0 ° Celsia již teplota neplní zcela svoji fyziologickou roli a podání antipyretik (léků na snížení teploty) je nutné. Včasné podání léků je tím důležitější, čím mladší je dítě (kojenecký věk) nebo čím závažnější onemocnění je (zápal plic, zánět ledvin).

V běžné praxi se tělesná teplota nejčastěji měří teploměrem vkládaným do podpažní jamky (axilární měření). U malých dětí (novorozenci, kojenci, batolata) je často využíváno měření tělesné teploty v konečníku (rektální měření). Tradované odečítání 0,5 ° C od naměřené hodnoty v konečníku nemusí být spolehlivé. Při pochybnostech je vždy vhodné, aby u dítěte s vysokou hodnotou teploty naměřené v axile, bylo provedeno také měření v rektu. Měření tělesné teploty v zevním zvukovodu (teplota aurikulární) není všeobecně akceptováno pro značnou nepřesnost. Tento nedostatek již nemají moderní bezdotykové, ale drahé infračervené teploměry.

Při léčbě horečky je nutno dbát na dostatečný přívod tekutin a to spíše vlažných než chladných. Dítě oblékneme do lehkého pyžama, nebalíme ho do teplého oblečení, v místnosti dostatečně větráme a udržujeme přiměřenou teplotu zevního prostředí tj. mezi 20 – 24° C.

Fyzikální ovlivnění horečky

Tyto metody mohou krátkodobě snížit teplotu, zlepšit komfort dítěte, avšak na snížení mají větší vliv při kombinaci s antipyretiky.

Zábaly

Dítě zabalíme do osušky nebo prostěradla namočeného ve vlažné vodě cca 25 ° Celsia teplé a ponecháme v zábalu 10-15 minut. Osuška by měla zakrývat hrudník a břicho dítěte, končetiny necháváme volné. Dítě již ničím neprikrýváme. Na čelo můžeme přiložit chladný obklad. Od dítěte neodcházíme. Po daném čase sejmeme osušku, dítě osušíme a oblékneme. Za půl hodiny přeměříme teplotu. Teplota klesne většinou o ½ - 1° Celsia. Při opětovném vzestupu teploty můžeme zábal opakovat až 3x během 2 hodin. Přiměřená teplota prostředí je 24°C.

Omývání houbou

Vanu nebo malou vaničku naplníme mírně teplou vodou teploty mezi 29 – 32° C do výšky 3-5 cm. Dítě posadíme do vody. Potom za pomoci houby omýváme trup a končetiny. Teplota v místnosti by měla být 24°C. Délka omývání by měla být tak dlouhá, dokud se nedosáhne požadovaného snížení teploty, většinou to bývá 10-30 minut v závislosti na komfortu dítěte. Pokud je přítomen svalový třes nebo „husí kůže“, omývání ukončíme.

Nikdy nedáváme zábal ani neomyváme v případě, že má dítě mramorovanou kůži na těle nebo studené končetiny. Zábaly nejsou vhodné u dětí s onemocněními s vyrážkou, nebo pokud se dítě proceduře nepřiměřeně brání.

Medikamentózní ovlivnění horečky

Není rozdíl v tom, zda podáváme lék ve formě tablety, sirupu nebo čípku. Důležité je správné dávkování podle hmotnosti dítěte! V případě, že Vaše dítě užívá antibiotika a má teplotu, je nutné podat současně i léky proti horečce. Antibiotika sama o sobě teplotu nesnižují. Podání vhodné lékové formy je závislé od věku dítěte. Pro kojence je nevhodnější podání čípku, pro předškolní děti je vhodný sirup, starší děti mohou dostat lék ve formě tablet. Při podání sirupu nezapomínejte protřepat lahvičku, při podání čípku podržte zadeček cca 2 minuty, aby dítě čípek nevytlačilo a aby se látka vstřebala.

Paracetamol

Jde o lék, který snižuje teplotu a tlumí bolest. Účinek léku nastupuje po 60– 90 minutách a trvá 4 – 6 hodin. Celková dávka je 60 mg / kg / den a tuto dávku lze rozdělit do 4 až 6 dávek za 24 hodin. Lék můžeme podávat i v kojeneckém věku. Paracetamol je v lécích s mnoha firemními názvy.

Pro informaci uvádíme:

PARALEN	čípky	100 mg, 500 mg
	sirup	120 mg / 5 ml
	tablety	125 mg, 500 mg
PANADOL	čípky	125 mg, 250 mg
	sirup	120 mg / 5 ml
	tablety	500 mg
MEXALEN	tablety	500 mg

Příklady dávkování po 6 hodinách

	Sirup	čípek
5-7 kg	3 – 4,5ml	1 čípek 100 mg
8-10 kg	5 – 6 ml	1 čípek 125 mg
11-13 kg	7 – 8 ml	1,5 čípku 100 mg
14-16 kg	9 – 10 ml	2 čípky 100 mg
17-20 kg	10,5 – 12,5 ml	2 čípky 125 mg
21-25 kg	13 – 15,5 ml	1,5 čípku a 250 mg
30 kg		¾ tablety 500 mg
40 kg a více		1 tabletu 500 mg

Ibuprofen

Jde o lék na snížení teploty, který působí i proti bolesti a zánětu. Podává se po 6 – 8 hodinách. Jeho účinek nastupuje mezi 60-90 minutami a přetrvává 6 – 8 hodin. Maximální dávka je 30 mg / kg / den. Lék můžeme podávat od 3 měsíců věku (případně od 6 kg hmotnosti dítěte).

Ibuprofen je v lécích s mnoha firemními názvy.

Pro informaci uvádíme:

BRUFEN	sirup	100mg/5ml
	tablety	400 mg
APO-IBUPROFEN	tablety	400 mg
IBALGIN	sirup	100mg/5ml
NUROFEN	sirup	100 mg /5ml
	čípky	60mg, 125 mg
	tablety	200 mg
IBUBERL	sirup	100 mg/ 5 ml

Příklady dávkování

	sirup po 6 hodinách	sirup po 8 hodinách	čípek po 6 hodinách
6-7 kg	2 – 2,5 ml	2,5 – 3,5 ml	$\frac{3}{4}$ čípku 60 mg
8-10 kg	3 – 4 ml	4 – 5 ml	1 čípek 60 mg
11-13 kg	4 – 5 ml	5,5 – 6,5 ml	1,5 čípku 60 mg
14-16 kg	5 – 6 ml	7 – 8 ml	$\frac{3}{4}$ čípku 125 mg
17-20 kg	6 – 7,5 ml	8,5 – 10 ml	1 čípek 125 mg
21-25 kg	8 – 9 ml	10,5 – 12,5 ml	1,5 čípku 125 mg
30 kg	4 x 1 dražé a 200 mg		
40 kg a výše	3 x 1 dražé a 400 mg		

Vážení rodiče,

zvýšená teplota se může u dítěte vyskytovat při zcela nezávažných stavech, jako jsou prořezávající zoubky, reakce na očkování, chřipkové onemocnění, ale může být také známkou závažné bakteriální infekce. Orientačně může platit, že u předškolního a školního dítěte při vzestupu teploty můžeme podat antipyretika a počkat s návštěvou u lékaře na vývoj onemocnění. U dítěte novorozeneckého či kojeneckého věku při vysoké teplotě nad 39,0° Celsia zejména při neklidu, zvracení, oblužení, chladných rukách a nohách je vhodné podání antipyretika, ale současně vyhledání lékařské pomoci.

Věříme, že jsme Vám pomohli se orientovat v problematice první pomoci dítěte při zvýšené teplotě.

Sepsal: MUDr. Němec Vladimír, Ph.D.

Revize: MUDr. Šáchová Kateřina

26.března 2013