



مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی قائم (ع)  
واحد آموزش بیمار و خانواده

## درباره تب در کودکان بیشتر بدانیم...



ویژه والدین

تاریخ ویرایش: فروردین ۱۴۰۱  
تاریخ بازنگری: فروردین ۱۴۰۳  
کد بازنگری: ۰۰۵



کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه مرکزی بیمارستان قائم (عج) اتاق ۱۴ با کادری مجرب همه روزهای هفته به جز یکشنبه و پنجشنبه از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۱:۳۰ بصورت رایگان آماده پاسخگویی به سوالات شما می باشد.



### مددجو و همراه گرامی

با شناسه پیگیری که در خلاصه پرونده یا برگه آزمایش است می توانید کلیه آزمایشات معوقه را از طریق آدرس زیر پیگیری کنید.

<https://labresult.mums.ac.ir/>

منبع:

1. <https://medlineplus>.
2. <https://www.clinicalkey.com>



- به هیچ عنوان برای پایین آوردن تب از یخ و یا الکل استفاده نکنید زیرا خطر بروز تشنج وجود دارد.
- برای پایین آوردن تب از دستمال مرطوب با آب ولرم (حدود ۳۷/۴ درجه) بر روی شکم، زیر بغل و کشاله ران استفاده کنید.

## در صورت مشاهده این موارد کودک خود را سریعاً به مرکز درمانی ببرید:

- ✧ تب بالای ۳۸ در کودکان زیر سه ماه
  - ✧ تب بالای ۳۸/۲ در کودکان سه تا شش ماه
  - ✧ تب بالای ۳۸/۸ در کودکان بالای شش ماه
  - ✧ اگر همراه با تب علائمی نظیر تهوع و استفراغ، خشکی دهان، بیقراری شدید، رنگ پریدگی، سردرد شدید، ورم قسمتهای نرم سر، کاهش هوشیاری و مشکلات تنفسی وجود داشت.
- \*\* توجه: دماسنج های نواری قابل اعتماد نیستند.**



والدین گرامی! این برگه آموزشی حاوی نکاتی جهت افزایش آگاهی شما در رابطه با تب در کودکان می‌باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده، هر چه سریعتر کودک شما سلامت خود را بازیابد.



### تعریف تب در کودکان چیست؟

بالا تر بودن دمای بدن از حد طبیعی آن، تب نامیده می‌شود. به طور کلی تب به معنی دمای بالاتر از ۳۸ درجه سانتیگراد است؛ اما بسته به اینکه از چه طریقی اندازه‌گیری شود (دهان، زیر بغل یا مقعد) عدد آن کمی با هم فرق دارد.



### آموزش به والدین و خانواده

### چگونه دمای بدن کودک خود را اندازه‌گیری کنید؟

#### دمای دهانی

اگر کودک شما بزرگتر از چهار یا پنج سال دارد و در ۳۰ دقیقه گذشته غذا یا نوشیدنی گرم یا سرد مصرف نکرده است؛ دماسنج را پس از شستن با آب خنک و صابون، زیر زبان کودک قرار داده و از او بخواهید که دماسنج را با لب خود نگه دارد. دماسنج شیشه‌ای تقریباً سه دقیقه و بیشتر دماسنج های دیجیتال به کمتر از یک دقیقه زمان نیاز



#### دمای زیر بغل

برای نوزادان و کودکانی که نمی‌توانند دماسنج را زیر زبان نگه دارند، درجه حرارت را می‌توان در زیر بغل اندازه‌گیری کرد. نوک دماسنج را در زیر بغل خشک کودک قرار داده و با نگه داشتن آرنج کودک در مقابل سینه به مدت چهار تا پنج دقیقه در محل خود نگه دارید.

#### دمای مقعدی

کودک یا نوزاد را بر روی شکم روی پای خود قرار داده و مقدار کمی ژل یا واژلین) تا انتهای دماسنج بمالید. دماسنج را به آرامی وارد مقعد کودک کنید تا زمانی که نوک نقره ای دماسنج قابل مشاهده نباشد. دماسنج شیشه ای دو دقیقه و دماسنج های دیجیتال به کمتر از یک دقیقه زمان نیاز دارند.

### آیا باید هر تب کودک را کاهش داد؟

تب علامت مبارزه بدن با میکروب‌هاست؛ همچنین تب ممکن است تنها نشانه یک بیماری جدی در کودک باشد. اگر کودک شما مبتلا به تب شد، با توجه به سن او می‌توانید این اقدامات را برای وی انجام دهید:

- اگر کودک بین سه ماه تا سه ساله است و تب خفیف تا ۳۷/۸ دارد، نیازی به دارو نیست و فقط درجه حرارت مرتب کنترل گردد.
- در صورتی که کودک همراه با تب بی‌قراری داشت یا درجه حرارت بدن بیشتر از ۳۷/۸ شد، می‌توانید داروی ضدتب را شروع کنید.

- اگر سن کودک کمتر از سه ماه است و تب بالای ۳۸ درجه دارد، هیچ دارویی به کودک ندهید و سریعاً وی را نزد پزشک ببرید. تب ممکن است نشانه عفونت خطرناک و جدی باشد.

### چه داروهایی برای کاهش تب می‌توان به کودک داد؟

- به هیچ عنوان به کودک کمتر از دو ماه خود بدون مشورت پزشک دارو ندهید.
- به کودکان بزرگتر از دو ماه می‌توانید قطره استامینوفن به میزان دو تا سه برابر وزن بدن، هر ۶ ساعت بدهید (مثلاً برای کودک ۹ کیلوگرمی ۱۸ قطره).
- به کودکان بزرگتر از شش ماه می‌توان با مشورت پزشک داروی ایبوپروفن داد.

### هنگام تب، چه مراقبت‌هایی انجام دهیم؟

- هنگام تب مایعات بیشتری به کودک خود بدهید تا از کم آبی بدن او جلوگیری شود. شیردهی به کودک را قطع نکنید.
- اگر کودک به اندازه کافی مایعات می‌خورد، او را مجبور به غذا خوردن نکنید.