

Što učiniti kada dijete gori?

Letak tiskan uz potporu Grada Rijeke, Odjel gradske uprave za zdravstvo i socijalnu skrb
autori Alenka Lučić, bacc. med. tech. (Dom zdravlja PGŽ, Savjetovalište za prehranu dojenčadi) i
mr. sc. Kristina Dankić (Grad Rijeka)
dizajn Mauricio Ferlin
fotografija © Dreamstime
lektura dr. sc. Mihaela Matešić
tisak Tisak Zambelli, Rijeka
Rijeka 2010.



www.rijeka.hr

Što učiniti kada dijete gori?

Dom zdravlja PGŽ,
Savjetovalište za prehranu dojenčadi



Povišena temperatura kod djeteta

- 37°C ili viša, mjerena pod pazuhom odnosno 37,5°C ili viša, mjerena rektalno (u guzi)
- oblik je obrambene reakcije organizma najčešće na virusnu ili bakterijsku infekciju (u 90% slučajeva)

Kada dijete ima povišenu temperaturu, preporučljivo je

- obući mu laganu, pamučnu odjeću i ne zamotavati lice i glavu
- češće mu davati tekućinu (vodu, čaj, sok i sl.) i laganu hranu
- učestalo zračiti prostoriju u kojoj boravi, ali izbjegavati propuh
- ne stavljati obloge od različitih pripravaka (alkohol, krumpir i sl.)
- provjeravati mu tjelesnu temperaturu svakih 30 minuta

Temperaturu treba snižavati

- fizikalnim metodama pri temperaturi od 38°C pod pazuhom ili 38,5°C rektalno (djeci mlađoj od 3 godine već pri temperaturi od 38°C rektalno, zbog mogućnosti pojave tzv. febrilnih konvulzija), odnosno kod viših temperatura kombinacijom fizikalnih metoda i lijekova

Fizikalne metode snižavanja temperature

- dojenče zamotati u ručnik/pelenu umočenu u vodu sobne temperature (22-24°C), preko toga u suh ručnik/plahtu, držati ga tako

5–10 minuta, nakon čega ga treba obrisati suhim ručnikom

- veće dijete vlažiti po koži, od čela do stopala, uz pomoć spužve natopljene u mlaku vodu (30–32°C), minimalno 20 minuta, odnosno dok se temperatura ne snizi barem na 38°C (rektalno)
- rashlađivanje mlakom vodom ne izaziva upalu pluća kao što mnogi roditelji smatraju, već naprotiv, pomaže bolesnom djetetu da brže ozdravi

Snižavanje temperature uz pomoć lijekova

- preporučuje se uzimanje paracetamola ili ibuprofena u obliku čepića ili sirupa
- lijekovi za snižavanje temperature počinju djelovati unutar 30 minuta od uzimanja
- razmak između dva uzimanja lijeka treba biti od 4 do 6 sati

Pomoć liječnika obvezno treba zatražiti

- u slučaju da djetetova temperatura dostigne 40°C ili više, odnosno pri svakom porastu temperature kod dojenčeta mlađeg od 3 mjeseca (čim ona prijeđe 38°C, mjereno rektalno).
- ako se djetetova temperatura ne uspijeva sniziti nijednom od navedenih metoda ispod 38°C (mjereno rektalno)
- kada povišena temperatura traje dulje od 3 dana ili ako ni nakon 10 dana ne prolaze drugi prateći znakovi i simptomi bolesti (npr. kašalj, glavobolja, malaksalost, curenje nosa)