



# تب کودکان

از اینجا  
شروع کنید

به وجود تب شک دارید دمای بدن را اندازه بگیرید.

اندازه‌گیری دما را هر ۴ ساعت انجام دهید.

بله

- دمای دهانی پایین‌تر از  $37/5$  درجه سانتی‌گراد است؟
- دمای مقعدی پایین‌تر از  $38$  درجه سانتی‌گراد است؟

خیر

از داروهای تب‌بر استفاده کنید

(شربت استامینوفن و پروفن طبق دستور پزشک)  
هم‌اکنون به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید

بله

- آیا کودک تان زیر ۳ ماه است؟
- آیا کودک بیماری جدی دارد؟
- آیا کودک تان به نظر خیلی ناخوش می‌آید؟
- آیا کودک تان از سردرد شدید شکایت دارد؟
- آیا کودک تان توهم دارد یا گیج به نظر می‌رسد؟

خیر

- آیا کودک خوشحال است و فعالیت معمول دارد؟

بله

کودک را تشویق کنید آب و آب میوه بنوشد و دما را هر ۴ ساعت اندازه بگیرید.

خیر

توصیه‌های خانگی را مطالعه کنید

بله

- ۲ ساعت پس از درمان:
- آیا دما بالای  $39$  درجه سانتی‌گراد مقعدی یا  $38/5$  درجه سانتی‌گراد دهانی است؟ یا
  - آیا کودک به نظر خیلی ناخوش است؟

خیر

- آیا تب بیش از ۳ روز طول کشیده است؟

بله

به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

خیر

توصیه‌های خانگی را ادامه دهید

هر ۴ ساعت دوباره بررسی کنید.

# تب کودکان

## توصیه‌های خانگی



۱. هنگامی که کودک تب دارد، لباس سبک تنش کنید و با پتو او را نپوشانید.
۲. اگر کودک شروع به لرزیدن کند، تا پایان لرز لباس گرم به تن اش کنید، پس از پایان لرز لباس اش را کم کنید.
۳. اگر کودک ناخوش است یا دمای بدنش بالاست، هر ۴ ساعت یک بار به او استامینوفن بدهید. بروفن را می‌توان به جای استامینوفن در کودکان بالای ۶ ماه تجویز کرد. آسپرین در افراد زیر ۲۰ سال نباید استفاده شود.
۴. اگر کودک داروی مسکن یا تب‌بر را استفراغ می‌کند، می‌توانید از شیاف استامینوفن به جای داروی خوراکی استفاده کنید. می‌توانید از دکتر داروساز داروخانه کمک بگیرید.
۵. کودک را تشویق کنید مایعات فراوانی بنوشد.
۶. هر ۴ ساعت دمای بدن کودک را اندازه‌گیری کنید و نیز هر زمان حس می‌کنید تب بیشتر شده، دمای بدن او را اندازه‌گیری کنید.



**رفرنس:** خودمراقبتی در ناخوشی‌های جزئی: راهنمای خودمراقبتی خانواده ۱ (برایان میورت، گرگ استوارت، جان ری) ترجمه و تنظیم نوید شریفی،

محمد کیاسالار، معصومه دانیالی

شماره پمفلت: ۱۵ / PED.MED

تهیه شده توسط - وپروایز آموزش بیمارستان شهید عارفیان - زمستان ۱۳۹۸