

# Что делать если у ребёнка поднялась температура?

**Синаторова Алла Васильевна,**  
старшая медицинская сестра  
структурного подразделения  
«Детский сад «Родничок»



В семье заболел ребенок – повысилась температура! Время до прихода врача тянется бесконечно долго. Что же делать родителям в таких случаях? Подобная ситуация возникает нередко, особенно с наступлением холодов. Однако, в последнее время ученые все больше говорят о том, что температурная реакция целесообразна, что она является в значительной мере защитной. Некоторые специалисты отмечают, что ряд вирусов и микробов при повышенной температуре размножаются плохо. Уже много лет известно, что один из защитных факторов — интерферон при температуре ниже 38 °С выделяется слабо, что может ослабить иммунный ответ в целом. Поэтому считать снижение температуры во всех случаях необходимым нет никаких оснований. Кроме того, применение жаропонижающих средств может привести и к побочным эффектам. Таким образом желание родителей во чтобы не стало снизить температуру тела не всегда оправдано.

## **Когда можно подождать и не спешить с дачей лекарств?**

- Если температура не поднялась выше 38 и если кроме температуры других жалоб нет, самочувствие ребенка неплохое, он активен, аппетит не нарушен или незначительно снижен

- Температура снижается самостоятельно или после применения "физических" методов охлаждения в течение часа

- Если никогда ранее не отмечалось судорог на подъем температуры

- Если у ребенка нет патологии со стороны сердца

## **Когда нужно снижать температуру?**

- Дети первого года жизни

- Дети младшего возраста при условии плохой переносимости повышения температуры

- Если на фоне повышенной температуры тела у ребенка появляется вялость, капризность, ребенок отказывается от питья

- Если температура длительно сохраняется или имеется тенденция к ее повышению, не смотря на неплохое самочувствие ребенка.

- Если после проведенных методов "физического охлаждения" температура все равно становится выше или длительно не снижается

- Если ранее отмечались судороги на фоне подъема температуры тела

- Если у ребенка есть патология со стороны сердечно-сосудистой системы

**Когда необходима экстренная консультация врача при повышении температуры?**

- Судороги на фоне подъема температуры
- Температура не снижается ниже 38 даже после дачи лекарственных препаратов и быстро поднимается вновь

- Дети первого года жизни при резком повышении температуры за 39 и выше

### **Кроме температуры появляются другие симптомы:**

1. Сыпь
2. Рвота
3. Нарушение сознания - выраженная вялость, апатия, полный отказ от еды, питья
4. Выраженная возбудимость, неадекватное поведение ребенка
5. Одновременно с появлением температуры появляется сильный кашель и/или тяжелое затрудненное дыхание

### **Как снижать температуру без применения лекарственных средств?**

Если кожа ребенка красная, ручки и ножки теплые, нет озноба, ребенка нужно:

- Раздеть (температура помещения должна быть 20-23 градуса)
- Дать выпить теплого чая (100-250 мл в зависимости от возраста ребенка). Чай можно немного подсластить, добавить сок лимона.
- Обтереть ребенка полотенцем, смоченным водой чуть ниже комнатной температуры. Можно использовать спиртовые растирания - 1/3 водки, 2/3 воды. Применение уксуса нежелательно из-за возможных побочных явлений. Можно положить сосуды со льдом в паховые и подмышечные области, повязать марлевые повязки на голеностопные и лучезапястные суставы

Нельзя проводить физические методы охлаждения если:

- Имеют место так называемые симптомы нарушения микроциркуляции (бледно-цианотичная окраска кожи, мраморный рисунок кожи, холодные конечности, озноб)

- Если у ребенка ранее отмечались судороги

Для того, чтобы ликвидировать признаки нарушения микроциркуляции ребенка нужно:

- Согреть
- Дать выпить горячего чая
- Из лекарственных препаратов самостоятельно можно использовать Но-шпу, папаверин в возрастных дозировках

### **Какими жаропонижающими препаратами можно пользоваться?**

Хотелось бы предостеречь от бездумного использования сильнодействующих лекарственных средств. К сожалению, сейчас практически все лихорадящие дети получают жаропонижающие, причем такому «лечению» подвергается около 90% детей с температурой ниже 38 °С, такая практика малорациональна и является следствием скорее традиции или привычки.

**Парацетамол** - применяют с 2-х месяцев жизни, не обладает противовоспалительной активностью, слабо выражен обезболивающий эффект.

Назначается внутрь до или после еды в разовой дозе:

10 мг на 1 кг веса ребенка в возрасте до 1 года

10-15 мг на кг веса ребенка детям старше года

Кратность применения - каждые 6 часов





**Найз** - является препаратом выбора у детей старше 2-х лет, т.к. не приводит к возникновению побочных эффектов, встречающихся при применении других жаропонижающих препаратов  
Назначается внутрь в дозе 1,5-3 мг на кг веса ребенка в сутки, разделенной на 2-3 приема

**Ибупрофен** - применяют с 3-х месяцев жизни, обладает более выраженным жаропонижающим и анальгетическим действием. Назначается внутрь в разовой дозе 5-10 мг на кг веса ребенка каждые 8 часов



**Анальгин** - применяется с первых дней жизни Разовая доза 5-10 мг на кг веса ребенка каждые 6-8- часов