

FEBRA LA COPIL

MĂSURAREA TEMPERATURII

Temperatura normală măsurată sub braț (axilar) la copii este aproximativ 36.4°C. Dacă temperatura crește între 37 și 38°C vorbim despre subfebrilitate, iar peste 38°C despre febră.

Pentru măsurarea corectă a temperaturii folosiți termometre digitale. Termometrele digitale frontale nu sunt exacte, măsoară doar temperatura pielii. Cele cu mercur au fost cele mai exacte, dar au fost retrase de pe piață din cauza riscului de toxicitate a mercurului. Termometrele infraroșii necesită însușirea tehnicii corecte de măsurare a temperaturii, pot da valori eronate în caz de otită sau dop de cerumen, în concluzie nu le recomandăm pentru uz general.

Măsurăți temperatura sub braț (în axilă). Între vârsta de o lună și 3 ani temperatura se poate măsura și rectal, dar din valoarea obținută se scad 0.5°C.

CARE ESTE CAUZA FEBREI?

Sub vârsta de 5 ani de obicei infecțiile virale respiratorii sau gastrointestinale produc febră (de ex. guturai, diaree virală). Dacă febra este prezentă doar de 1-2 zile de cele mai multe ori nici consultul medical nu poate preciza cauza exactă a febrei. În această perioadă, denumită *prodromală*, este mai important să avem în vedere **semnele și simptomele** care pot fi expresia clinică a unor **boli grave**:

- fontanelă proeminentă, redoare de ceafă (nu-și poate apleca capul), fotofobie, convulsii,
- copil somnolent, adinamic, nu reacționează la stimuli externi,
- febra care persistă peste 5 zile,
- paloare, tegumente cianotice sau gri,
- erupții cutanate, care nu dispar la presiune,
- respirație îngreunată (inclusiv în stare afebrilă), creșterea frecvenței respiratorii, respirație zgomotoasă, senzație de înec, sufocare,

- plâns stins, anergic sau continuu,
- copilul refuză lichidele, nu elimină urină,
- orice formațiune tumorală nou apărută, mai mare de 2 cm.

Dacă observați oricare dintre semnele/simptomele enumerate mai sus, este necesar consultul medical imediat și este probabilă internarea de urgență a copilului. Chemați salvarea!

Orice nou-născut sau sugar cu vârsta sub 3 luni cu febră ($>38^{\circ}\text{C}$), respectiv sugarii cu vârsta între 3 și 6 luni cu febră peste $>39^{\circ}\text{C}$ trebuie internați în spital pentru investigații și tratament!

Pot fi îngrijiți la domiciliu copii febrili, care:

1. nu au boli asociate (în fond sunt sănătoși) ȘI
2. nu au simptome de boală gravă ȘI
3. febra nu persistă mai mult de 3 zile.

Dacă între perioadele febrile starea generală a copilului este bună, de asemenea acest lucru sugerează faptul că acesta poate fi îngrijit la domiciliu.

Peste vârsta de 6 luni valoarea temperaturii nu se corelează cu riscul de boală gravă. Deci febra peste 40°C nu înseamnă neapărat prezența unei boli grave.

Când copilul este febril, uneori se pot observa următoarele simptome asociate:

- frisoane (precedă febra cu 10-15 minute, nu este semn de gravitate),
- creșterea frecvenței bătăilor cardiace (nu este boală cardiacă),
- senzație generală de boală, oboseală, apatie,
- inapetență (nu forțați consumul de alimente, însă este important să bea lichide),
- scade nivelul de concentrare,
- crește sensibilitatea la durere,
- dureri abdominale, cefalee, dureri ale membrelor.

Dacă în lipsa febrei aceste simptome nu sunt prezente, atunci puteți fi sigur că au fost doar simptome asociate inofensive.

ÎNGRIJIREA COPILULUI FEBRIL

În îngrijirea copilului febril este recomandat repausul la pat, dar nu cu orice preț. Îmbrăcămintea și pătura copilului să fie ușoare, să nu împiedice scăderea temperaturii. Aerisiți frecvent camera, temperatura optimă a acesteia este de doar 18°C. Dacă starea generală a copilului permite acesta poate să iasă la plimbare în curte, dar să nu facă eforturi exagerate și să evite contactul cu alte persoane.

Copii febrili sunt predispuși la deshidratare. Aceasta poate fi prevenită prin consumul optim de lichide. Copilul poate să bea ceai răcit de fructe, limonadă, suc de fructe, să mănânce supă. Dacă copilul nu acceptă ceaiul fără zahăr, aceasta se poate adăuga, fiind mai importantă hidratarea.

De asemenea, copilul poate să consume alimente ușor digerabile (produse de patiserie, biscuiți, pișcoturi, cartofi, orez, paste făinoase, fructe), de preferat frecvent și în cantități mici. Oferiți alimente bogate în proteine (carne de pui, ouă, cașcaval, brânză). Se vor evita alimentele grase, greu digerabile.

TRATAMENT

Febra în sine nu este o boală ci un simptom. Antitermicele nu vindecă boala, doar îmbunătățesc starea generală a copilului. Copii febrili dar cu stare generală bună nu necesită antitermice. Nu treziți copilul febril, care doarme, pentru administrare de antitermice. Mulți se tem de convulsiile febrile. Experții sunt de acord că convulsiile febrile nu pot fi prevenite prin administrarea unui antipiretic.

Trebuie evitate compresele cu apă rece, dar se pot face băi cu apă caldă, care nu produc frisoane, tremurături. Sunt inutile: compresele reci, cartofii răzuți, usturoiul pe extremități.

Dacă starea generală a copilului este influențată, dacă are acuze de durere sau suportă vizibil greu febra, atunci neapărat trebuie să primească antitermice, indiferent de valoarea arătată de termometru.

Încercați să folosiți un singur tip de antitermic o dată. Luați în considerare folosirea a două antitermice alternativ doar în cazul în care febra reapare înainte de a se putea administra următoarea doză din antitermicul deja folosit.

Paracetamolul și ibuprofenul sunt antitermicele cele mai recomandate. În unele cazuri se pot folosi și antitermice pe bază de metamizol. Forma farmaceutică de sirop are avantajul de dozaj corect și al absorbției bine cunoscute. Supozitoarele sunt recomandate dacă siropul nu este acceptat de copil. Dozajul se face după recomandarea medicului sau farmacistului.

Eficiența sau ineficiența antitermicelor nu indică severitatea bolii. Dacă febra persistă după administrarea de antitermic, dar starea generală a copilului este mai bună, atunci tratamentul și-a atins scopul.

Nu recomandăm administrarea preventivă de antitermic înainte de vaccinarea copilului. Febra reprezintă contraindicație la vaccinare. Copilul febril nu se vaccinează, dar după câteva zile de afebrilitate vaccinul se poate administra în siguranță, nu este indicat să se aștepte săptămâni după o perioadă febrilă.



ASOCIAȚIA ERPE SZAKCSOPORT, 2021

Redactat de: Dr. Koncsag-Szász Előd,
medic primar pediatru, Odorheiu Secuiesc



Proiect cofinanțat de
Municipiul Odorheiu Secuiesc