

Horúčka u detí

Čo robiť, keď má dieťa horúčku?



Ako merať telesnú teplotu?

- ◉ v podpazuší – **axilárne**
horúčka je teplota vyššia ako **38 °C**
- ◉ v uchu – **tympanálne**
horúčka je teplota vyššia ako **38 °C**
- ◉ v konečníku – **rektálne**
horúčka je teplota vyššia ako **38,5 °C**



Čo je to horúčka?

- ◉ **obrná reakcia** organizmu
- ◉ **zvýšenie telesnej teploty** nad **38 °C** (meranej v podpazuší alebo v uchu)
- ◉ **príznak** choroby, infekcií, prehriatia tela
- ◉ reakcia tela na zmeny v organizme (napr. prerezávanie zubkov)

Kedy ju znižovať?

- ◉ ak je vyššia ako **38 °C**
- ◉ ak je vyššia ako **37,5 °C** u detí mladších ako **2 mesiace**
- ◉ ak je dieťa **plačlivé** a **ubolené** znižujeme aj nižšiu telesnú teplotu

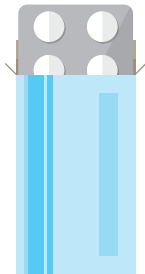


ZÁLEŽÍ, KDE MERIATE TELESNÚ TEPLOTU – ak ju meriate v konečníku je o **0,5 °C vyššia** ako teplota meraná v podpazuší alebo v uchu (napr. 38,5 °C v konečníku je 38 °C v podpazuší/v uchu).

Ako znižovať horúčku s liekmi?

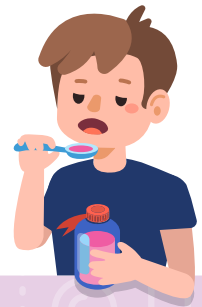
Lieky s obsahom paracetamolu

- ◉ sú vhodné pre všetky vekové kategórie
- ◉ podávajú sa podľa hmotnosti dieťaťa
- ◉ podávajú sa každé **4 – 6 hodín**, max. **5-krát denne**
- ◉ maximálny účinok sa dostaví po **0,5 – 2 hodinách** po podaní
- ◉ sú nevhodné pre deti s chorobami pečene alebo poškodenou pečeňou
- ◉ pomáhajú pri bolesti



Lieky s obsahom ibuprofenu

- ◉ sú vhodné pre deti od **3 mesiacov** alebo s váhou vyššou ako **7 kg**
- ◉ podávajú sa podľa hmotnosti dieťaťa
- ◉ podávajú sa každých **6 – 8 hodín**, maximálne **4-krát denne**
- ◉ maximálny účinok sa dostaví po **1 – 2 hodinách** po podaní nalačno
- ◉ sú nevhodné ak dieťa málo pije, má problémy s obličkami, vracalo alebo má hnačku
- ◉ počas ich používania je nutný zvýšený príjem tekutín
- ◉ majú tiež protizápalový účinok



Ako znižovať horúčku bez liekov?

- ◉ **Studené obklady a zábaly.** Osušku namočte do vlažnej vody s teplotou **22 – 25 °C** a **2 – 3-krát** priložte na hrud' alebo brucho na **10 minút** – nie na končatiny.
- ◉ U starších detí je možné znižovať horúčku **vlažnou sprchou**.



- ◉ **Obmývanie tela** vlhkou vlažnou špongiou vo vaničke s teplotou vody **29 – 32 °C** po dobu **10 – 30 minút** v miestnosti s teplotou **24 °C**.
- ◉ Tieto postupy použite ak liečba liekmi nepomáha, alebo je horúčka vyššia ako **39 °C**.

KEDY DIEŤA NECHLADIŤ?

Ochladzovanie tela vlažnou vodou nerobte, ak má dieťa **studené končatiny** – dlane a chodidlá.



UPOZORNENIE NA LIEKY:

V prípade pochybností o užívaní liekov sa obráťte na svojho lekára alebo lekárnik. Pri liečbe horúčky **dodržiavajte dávkovanie** a lieky **nekombinujte**.

Horúčka u detí

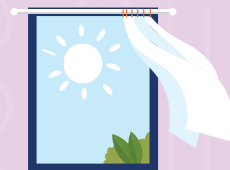
Na čo nezabúdať pri horúčke u detí?



- Pravidelne dieťaťu **merajte telesnú teplotu** stále na rovnakom mieste a rovnakým teplomerom.
- Podľa nameranej hodnoty sa rozhodnite, či je potrebné ju znižovať.
- Prevenia náhleho vzostupu telesnej teploty **znižuje riziko vzniku** febrilných kŕčov.



- Zabezpečte mu **dostatok tekutín** a energie (sladený čaj, ovocné šťavy, polievky).
- Dieťa **musí prijímať** dostatok tekutín, hoci aj slamkou, čajovou alebo polievkovou lyžicou.
- Ak dieťa odmieta prijímať tekutiny, musí ich dostať vo forme infúzií.
- Zapíšte si** koľko tekutiny dieťa prijalo.



- Často vetrajte, teplota v miestnosti by mala byť ideálne **20 °C**.
- Oblečte dieťaťu **lahké a priedušné oblečenie**, zakryte ho tenkou prikrývkou.
- Zabezpečte dieťaťu **pokoj na lôžku**.



- Ak má dieťa horúčku vyššiu ako **39 °C** podajte lieky spolu **s obkladmi** alebo **zábalmi**.



- Dodržiujte **odporúčaný časový interval** medzi jednotlivými dávkami liekov. Znížite tým riziko predávkovania dieťaťa.



- Zapíšte si** kedy, aký liek a akú dávku lieku ste dieťaťu podali.



ZÁLEŽÍ, KDE MERIATE TELESNÚ TEPLOTU – ak ju meriate v konečníku je o **0,5 °C vyššia** ako teplota meraná v podpazuší alebo v uchu (napr. 38,5 °C v konečníku je 38 °C v podpazuší/v uchu).

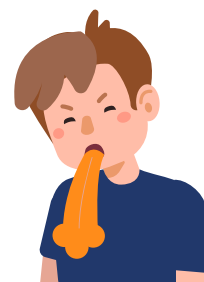
Kedy urýchlene kontaktovať lekára?

Navštívte pohotovosť, prípadne volajte 155, ak má dieťa:

- ťažkosti s dýchaním, modré pery **ihneď volajte 155**
- prvýkrát kŕče z horúčky (febrilné kŕče) **ihneď volajte 155**
- horúčku nad **40 °C**
- horúčku nad **38 °C** a je mladšie ako **2 mesiace**



- stuhnutú šiju napr. nevie predkloniť hlavu
- drobné, bodkovité krvácania v koži (tzv. petéchie)
- nízky príjem tekutín napr. odmieta piť



UPOZORNENIE: Niekoľko hodín trvajúca horúčka nad **40 °C** môže mať **vážny negatívny vplyv** na detský organizmus a môže viesť ku **komplikáciám**.

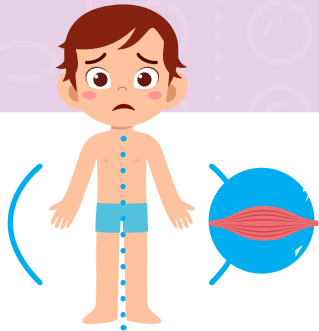
Horúčka u detí

Čo treba vedieť o kŕčoch z horúčky?

Kŕče z horúčky alebo **febrilné kŕče** vznikajú pri prudkom náraste telesnej teploty u detí vo veku **od 6 mesiacov do 5 rokov**.



Prejavy febrilných kŕčov



Svalové záškľby na oboch stranách tela (**sú symetrické**).



Dieťa môže pri nich vracať, pomôcť sa, či **upadnúť do bezvedomia**.



Sprevádza ich **tras**.



Trvajú menej ako **15 minút**.



Po skončení kŕčov dieťa často **okamžite zaspí**.

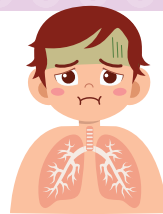
Čo robiť pri febrilných kŕčoch?



Pokúste sa zachovať pokoj.



Počas kŕčov dieťaťa **nepodávajte žiadne lieky!**



Kontrolujte dýchanie.



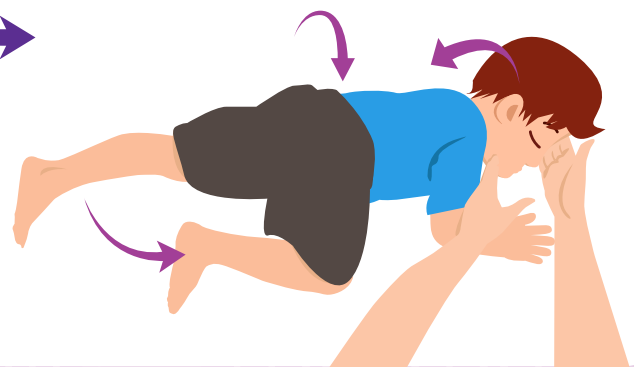
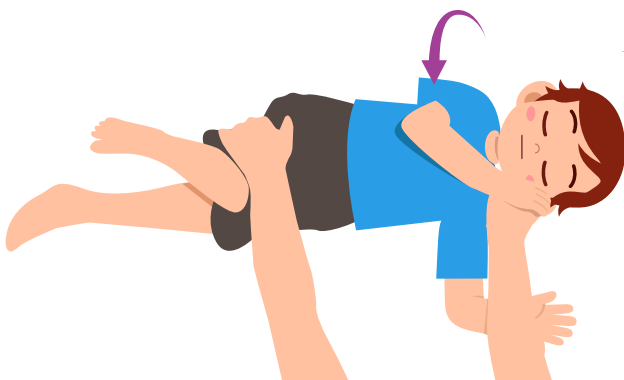
Uložte dieťa do bezpečnej a stabilizovanej polohy.



Ak dieťa prestane dýchať, zatraste ním, prípadne ho zľahka udríte po chrbte a začnite oživovať.

Volajte prvú pomoc 112.

Stabilizovaná poloha



UPOZORNENIE: Pravidelným meraním telesnej teploty a včasným znížením horúčky predídete jej náhlemu vzostupu. Znížite tak **riziko vzniku** febrilných kŕčov.