

## تب چیست؟

تب عموماً در نتیجه در معرض قرار گرفتن بدن در برابر میکروب ها و ویروس های عفونت زایجاد می شود در پاسخ به این ویروس ها و میکروب ها سلول های خونی مواد شیمیایی ترشح می کنند که درجه حرارت بدن بالا می رود.

## چه چیزی باعث تب می شود؟

عفونت: بیشتر تب ها در اثر عفونت یا دیگر بیماری ها به وجود می آیند تب با یک مکانیسم دفاعی طبیعی، همزمان به بدن در مبارزه با عفونت ها کمک می کند.

مصونیت: نوزادان و کودکان گاهی پس از واکسن زدن به تب خفیف مبتلا می شوند.

دندان درآوردن نیز باعث بروز تب خفیفی می شود.

لباس زیاد پوشیدن: نوزادان به خصوص آنهایی که تازه متولد شده اند، ممکن است در اثر قرار گرفتن در یک محیط گرم یا پوشیدن لباس زیاد به تب دچار شوند. زیرا قادر نیستند دمای بدن خود را تنظیم کنند.

تغذیه ناکافی نیز باعث بروز تب می شود.

## چگونه متوجه شوم که فرزندم تب دارد؟

یک بوس کوچک روی پیشانی یا قرار دادن دست روی پوست فرزندتان کافی است تا متوجه تب او شوید البته این دما بستگی به شخصی که این کار را انجام می دهد دارد و کاملاً نمی تواند اندازه گیری درست و دقیقی باشد.

با استفاده از یک تب سنج می توانید میزان دمای بدن فرزند خود را اندازه گیری کنید، در حالت زیر کودک تب دارد:

دمای بالاتر از ۳۷ درجه سانتی گراد هنگامی که درجه در زیر بغل نوزاد قرار گیرد.



درجه حرارت بالای ۳۷,۵ درجه سانتی گراد  
در نوزاد زیر سه ماه یک مورد اورژانسی است.

## توصیه به والدین:

۱. طفل تب دار را زیاد نپوشانید زیرا تب او بالاتر می رود.

۲. از داروهای تب بر استفاده نکنید، مگر با دستور پزشک.

۳. هوای اتاق را عوض کنید، برای اینکه بچه سرما نخورد، هنگام تعویض هوا او را به اتاق دیگری ببرید، بیش از اینکه کودک به تخت خود باز گردد باید اتاق دوباره گرم شود.

۴. هر روز صورت، گردن دست ها و حتی پاهای کودک را تمیز کنید، این کار او را شاداب تر می کند. حتی اگر پزشک اجازه دهد میتواند او را حمام کنید فقط مراقب باشید که درجه حرارت آب مناسب و حمام نیز گرم باشد (حدود ۲۲ درجه)

۵. ملحفه های کودک را زود به زود عوض کنید. وقتی انسان تب دارد هیچ چیز دلپذیرتر از ملحفه تمیز نیست.

۶. طفل بیمار نیاز به خواب دارد، شرایط لازم برای رفع این نیاز او را فراهم آورید.

۷. اگر نگران هستید در برابر کودک قیافه مضطرب نگیرید، زیرا کودکان با مشاهده چنین چهره ای نگران می شوند.

۸. برای پایین آوردن تب می توانید مقدار زیادی شیر مادر بدهید تا هم درجه حرارتش پایین آید و هم از کم شدن آب بدن جلوگیری شود.



## بیمارستان عیسی بن مریم (ع)

### تب نوزاد



### واحد آموزش به بیمار

تاریخ تدوین: بهار ۱۳۹۵

کد پمفلت: H.E.69

شماره تماس با واحد آموزش به بیمار:

۶۷ - ۳۲۳۳۲۰۶۵ (داخلی ۲۹۲)

[www.Bimaramozesh.blogfa.com](http://www.Bimaramozesh.blogfa.com)

[Telegram.me/bimar\\_amozeesh](https://t.me/bimar_amozeesh)

Insta:isa-diabet

اگر در زمان تشنج رنگ کودک به آبی متمایل شد، بیشتر از چند دقیقه تکان های شدید داشت، بعد از تشنج در نفس کشیدن مشکل داشت، و یا یک ساعت بعد از تشنج هنوز هم بی حال و خواب آلوده بود به اورژانس اطفال مراجعه کنید.

منبع: میرالشاری، ژ. رسولی، م. پرستاری کودکان - کودک بیمار، تهران، اندیشه رفیع ۱۳۸۹. چاپ دوم.

درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی بیمارستان عیسی بن مریم (ع) با ارائه خدمات زیر **همه روزه آماده خدمات رسانی می باشد. جهت اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۲۲۳۴۱۷۷۹ تماس بگیرید.**

صبح ها (ساعت: ۰۰:۱۲ - ۰۰:۳۰)  
بعد از ظهرها (ساعت: ۰۰:۱۹ - ۰۰:۱۴)

کلینیک دیابت (بارداری و غیر بارداری) - کلینیک پوست و مو (جراحی پلاستیک، زیبایی) - طب فیزیکی و نوار عصب عضله - غدد - گوش - قلب و عروق - اطفال - نوزادان - زنان و مامایی - داخلی و جراحی مغز و اعصاب - داخلی - جراحی عمومی - اروژنی - تغذیه و رژیم درمانی - ارتوپدی - آسم و آلرژی - گوش و حلق و بینی - روانپزشکی - طب سالمندان - کلینیک زنان - بیماری های عفونی - کلینیک چشم

### در صورت وقوع تشنج ناشی از تب چکار باید کرد؟

بالا رفتن ناگهانی تب (مثلاً از ۳۸,۹ به ۴۰,۵ درجه سانتی گراد) ممکن است سبب تشنج شود. در بیشتر موارد، "تشنج ناشی از تب" بی خطر است ولی این از اهمیت موضوع کم نمی کند و باید به آن توجه کافی کرد. در صورتیکه کودک به چنین تشنجی دچار شد (تنفس کودک سنگین می شود، آب دهانش راه می افتد، سیاهی چشم هایش بالا می رود، و یا دست و پایش بشدت تکان می خورد)، بلافاصله او را به پشت یا به پهلو و دور از اجسام سخت و تیز بخوابانید. سر کودک را به آرامی به یک طرف برگردانید تا استفراغ یا بزاق براحتی از دهانش خارج شود. مطمئن شوید چیزی در دهانش نیست و تا زمانی هم که در حال تشنج است چیزی در دهانش نگذارید. سعی کنید مدت زمان طول کشیدن تشنج را بخاطر بسپارید. این نوع تشنج ها معمولاً بین ده ثانیه تا سه یا چهار دقیقه طول می کشند. حتی اگر تشنج خفیف باشد یا فقط چند ثانیه طول کشیده باشد با پزشک خود تماس بگیرید و در صورت لزوم کودک را نزد او ببرید.