

راهنمای خود مراقبتی تب



کد محتوا: 8

تهیه و تنظیم :

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری 1400

نکته

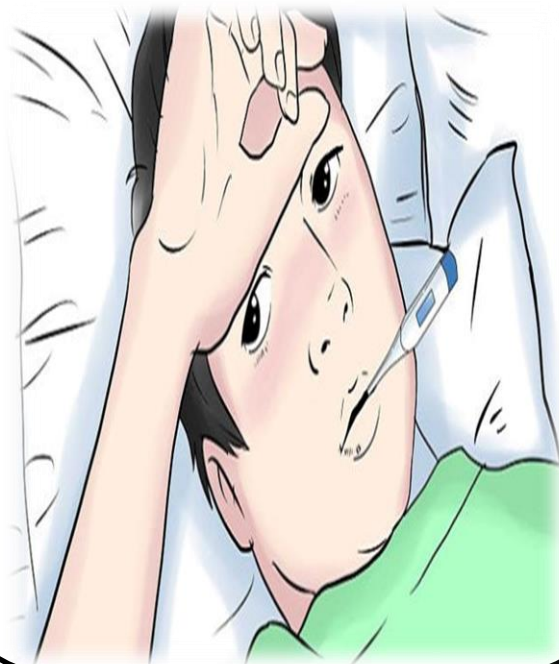
✓ تعداد دفعات معمول تجویز استامینوفن

هر 4 ساعت و ایبو پروفن هر 6 ساعت با

تجویز پزشک است

✓ به هیچ عنوان از آسپرین برای کاهش

تب استفاده نکنید.



توصیه

❖ برای پاشویه هرگز نباید از آب

سرد و الکل استفاده شود.

❖ در صورتی که کودک هوشیار

است به او آب خنک یا مایعات

بنوشانید .

❖ از استامینوفن یا از داروی تب بر

استفاده کنید.

❖ در صورت عدم کاهش تب سریعاً

او را به مرکز درمانی منتقل

نمایید.

اقدامات لازم هنگام تب در کودکان:

لباس کودک را کم کنید.

دمای اتاق را کاهش دهید.

پاشویه به معنای شست و شوی پا نیست

بلکه نقاطی از بدن را که گرم تر از سایر

نقاط است به شکل چرخشی شست و شو

می دهیم.

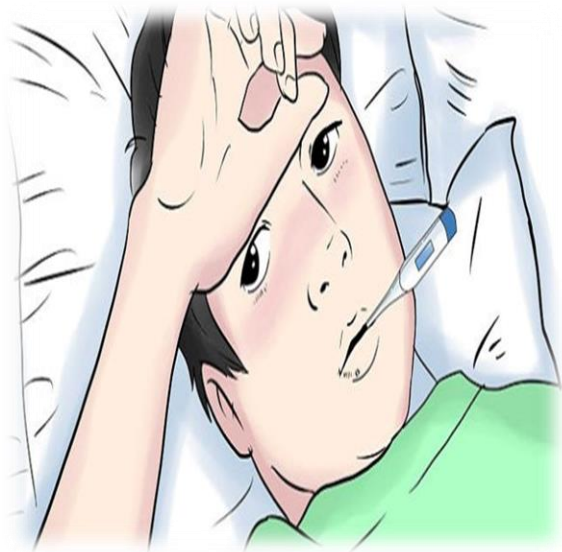
با یک دستمال خیس شده با آب ولرم دور

ناف ، زیر بغل و کشاله ران کودک را

پوشانید بعد از 1 تا 3 دقیقه آن را

برداشته و دمای بدن را هر 20 دقیقه یک

بار چک کنید.



راه های اندازه گیری درجه حرارت بدن عبارت است از :

1) راه مقعدی 2 تا 3 دقیقه

2) راه زیر زبانی 3 تا 5 دقیقه

3) راه زیر بغلی 5 تا 10 دقیقه

معمولا در اطفال از زیربغل استفاده می

شود در هنگام خواندن درجه حرارت زیر

بغل هر عددی که دما سنج نشان می

دهد $0/5$ درجه به آن اضافه کرده که

درجه حرارت واقعی را نشان می دهد.



تب بیماری نیست

ولی علامت بیماریهای مختلفی

می تواند باشد. تب شدید بویژه

در شیرخواران می تواند ایجاد

تشنج کند.

علائمی که بدنبال آن تب

بوجود می آید:

افزایش ضربان قلب

تعرق زیاد

افزایش تعداد تنفس

کاهش اشتها و بی حالی و رنگ

پریدگی یا برافروختگی واضح