



وزارة الصحة

الحمى لدى الأطفال





مقدمة

الحمى هي ارتفاع مؤقت في درجة حرارة الجسم، وهي جزء من الاستجابة التي يصددها الجهاز المناعي في الجسم عند التعرض لإي عدوى، فهي ليست مرضاً بحد ذاتها، إنما هي عرض قد يصاحب أمراضاً معينة كالإسهال والبرد، وغيرها. وتعرف الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال الحمى عند الرضع بأنها درجة حرارة الجسم أعلى من ٣٨ درجة مئوية بمقاس فتة الشرج. وتتراوح درجة حرارة الجسم الطبيعية للطفل بين ٣٦,٤ - ٣٧,٥ درجة مئوية.

وعادةً ما تحدث نتيجة:

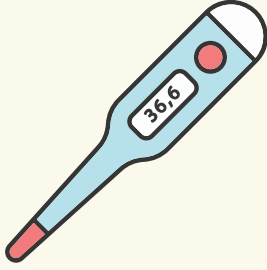
- ١ عدوى فيروسية.
- ٢ عدوى بكتيرية.
- ٣ الإنهاك الحراري.
- ٤ بعض التطعيمات.
- ٥ حالات التهابية معينة مثل التهاب المفاصل الروماتويدي.
- ٦ بعض الأدوية مثل الأدوية المستخدمة لعلاج ارتفاع ضغط الدم أو نوبات الصرع.



أجهزة قياس الحرارة وكيفية استخدامها:

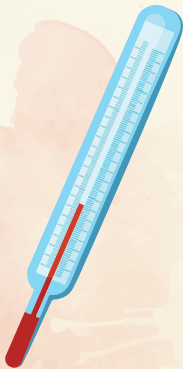
١. الترمومتر الرقمي:

- تطهير رأس الترمومتر بالكحول الطبي قبل استخدامه.
- وضع رأس الترمومتر في المكان المراد قياس درجة حرارة الطفل منه.
- الانتظار حتى يطلق الترمومتر صوت صفارة ثم أزالته.
- قراءة درجة الحرارة الموضحة بالشاشة.



٢. الترمومتر الزئبقي:

- تطهير الترمومتر باستخدام الكحول الطبي قبل استخدامه.
- رج الترمومتر جيدًا قبل الاستخدام، لضمان توزيع الزئبق ودقة النتيجة.
- تثبيت الترمومتر في المكان المراد قياس درجة حرارة الطفل منه لمدة ثلاث إلى خمس دقائق.
- التأكد من تثبيت الطفل جيدًا، لتجنب انكسار الترمومتر وخروج مادة الزئبق السامة.

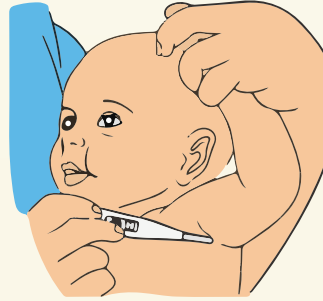


طرق قياس درجة حرارة الطفل؟

١. قياس الحرارة تحت الإبط

وهي من أقل الطرق دقة في قياس درجة حرارة الجسم وأسهلها في القياس، وتتم عبر:

- وضع الترمومتر في أعرق نقطة في الأبط.
- إغلاق ذراع الطفل عليه.
- الانتظار من ثلاث إلى خمس دقائق ويتم إضافة من «٥: إلى ٢,١» درجة مئوية للقراءة الناتجة لنحصل على درجة حرارة الجسم الفعلية.



يجب تنظيف الترمومتر جيدًا بعد كل مرة وتعقيمه وحفظه في مكان آمن، وإخبار الطبيب بدرجة الحرارة وبطريقة القياس والجهاز المستخدم، حتى يتمكن من التشخيص بشكل سليم.



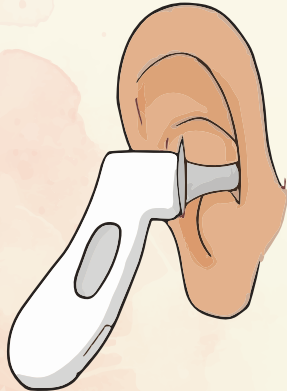


٢. قياس الحرارة عن طريق الأذن

لا يمكن أخذ درجة الحرارة عن طريق الأذن إلا باستخدام
ثرموتر معد خصيصًا لذلك، فلا يمكن استخدام الثرمومتر
الزئبقي أو الرقمي، فهما غير مصممين لأخذ درجة الحرارة
عن طريق الأذن كما أن هذه الطريقة لا تصلح للأطفال
الرضع، لأن القناة السمعية تكون صغيرة جدًا لإدخال
الثرموتر

ويتم ذلك عبر :

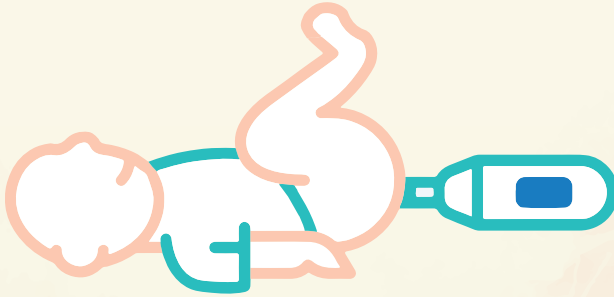
- تنظيف الأذن جيدًا قبل استخدام هذه الطريقة
لقياس الحرارة، فالشمع المتراكم في الأذن يؤثر في
دقة القياس.
- وضع الثرمومتر المخصص لذلك في فتحة الأذن برفق
حتى الوصول لطبلة الأذن.
- الانتظار حتى يصدر الثرمومتر صوتاً.



٣. قياس الحرارة من فتحة الشرج:

قياس الحرارة من خلال فتحة الشرج من أفضل وأدق طرق القياس وتتم هذه الطريقة عبر:

- حمل الطفل أو جعله في وضع الاستلقاء على ظهره.
- يمكن وضع الفالزين على رأس الترمومتر قبل إدخاله حتى لا يشعر الطفل بالألم
- ادخال رأس الترمومتر في فتحة الشرج لمسافة ١,٢٥ سنتيمتر بالنسبة للأطفال حديثي الولادة والأطفال الرضع، و٣ سنتيمترات للأطفال الأكبر سنًا.
- الإنتظار من «٣-٥» دقائق، حتى يتم قياس الحرارة بشكل دقيق .



٢. قياس الحرارة من الفم:

هذه الطريقة أيضاً من أفضل طرق قياس درجة حرارة الجسم الفعلية، ولكنها لا تصلح للأطفال أقل من أربع سنوات، فكثير من الصغار يقومون بعصّ الثرمومتر، ما يتسبب في إتلافه وبالتالي عدم دقة القياس وتتم عبر:

- وضع طرف الثرمومتر تحت لسان الطفل.
- إغلاق الفم والإنتظار لمدة «٣-٥» دقائق.



متى يجب زيارة الطبيب

تستدعي الحمى القلق بصفة خاصة عندما تصيب الرضع الذين تقل أعمارهم عن ثلاثة أشهر ولا بد من زيارة الطبيب مباشرة للفحص والإطمئنان على صحتهم. والحصول على المشورة الطبية

وأيضاً يجب الحرص على الذهاب إلى الطوارئ إذا كان الطفل:

١. يعاني من صعوبة في التنفس.
٢. لون شفثيه أو لسانه أو أظافره أزرق.
٣. يعاني من صداع شديد.
٤. يعاني من طفح جلدي أو بقع أرجوانية اللون تشبه الكدمات على الجلد «لم تكون موجودة قبل مرضه».
٥. يمتنع عن شرب أي سوائل أو يبدو مصاباً بالجفاف.
٦. متهيجا ولا يتوقف عن البكاء.
٧. خاملاً أو مضطرباً أو يتواصل معك بصرياً بشكل ضعيف أو لا يرغب بالاستيقاظ من النوم.
٨. يعاني من تيبس في الرقبة، أو صداع شديد، أو التهاب شديد في الحلق، أو ألم شديد في المعدة أو الاذن أو طفح جلدي غير مفسّر، أو قيء وإسهال متكرر، أو الشعور بألم أثناء التبول



٩. إذا كان الطفل مصاباً بحالة تضعف المناعة، مثل:
مرض فقر الدم المنجلي، أو السرطان، أو الاستخدام
المتكرر للستيرويد عن طريق الفم.
١٠. مصاباً بنوبة صرع مصاحبة للحمى.
١١. أكبر من ٣ أشهر ويستمر ارتفاع درجة حرارة جسمه
إلى ٣٨ درجة مئوية لأكثر من يومين.
١٢. يعاني من أي مشكلات طبية، بما في ذلك أمراض
القلب أو الرئة أو المخ أو الجهاز العصبي.
١٣. يعاني من إسهال مستمر لأكثر من يومين مع ظهور
أعراض الجفاف عليه.

تشمل علامات الجفاف ما يلي:

١. قلة التبول عن المعتاد.
٢. البكاء بلا دموع.
٣. قلة الإنباه والنشاط عن المعتاد.



أسباب الطفح الجلدي عند الأطفال بعد الحمى

يمكن أن تتسبب العديد من أمراض الطفولة الشائعة في حدوث طفح جلدي بعد الحمى. معظمها ليست خطيرة، لكن بعضها يتطلب علاجاً طبياً، لذا من الضروري مناقشة هذه الأعراض مع الطبيب

تشمل الأسباب الشائعة لظهور طفح ما بعد الحمى عند الأطفال الصغار ما يلي:

١. الطفح الوردي
٢. الحمى القرمزية
٣. مرض اليد والقدم والفم
٤. عدوى الفيروسات الصغيرة «B19»
٥. الحصبة الألمانية
٦. جدري الماء «الحماق»



التشنجات الحرارية

تحدث التشنجات الحرارية للطفل عند ارتفاع درجة حرارة جسمه دون حدوث عدوى بالدماغ، ودون سبب محدد. وهي أكثر شيوعًا بين الأطفال في عمر ٦ أشهر إلى ٥ سنوات. وتحدث التشنجات عندما ترتفع درجة حرارة الجسم إلى أعلى من ٣٨ درجة مئوية، فأكثر، نتيجة العدوى البكتيرية أو الفيروسية، كما يمكن أن تحدث التشنجات، والحمى كأثر جانبي لبعض اللقاحات، وتستغرق النوبات - عادة - بضع دقائق.

١. عوامل الخطورة التي تزيد من نسبة حدوث التشنجات الحرارية:

- التاريخ العائلي.
- ارتفاع درجة حرارة الجسم على نحو متكرر.
- العمر الصغير خصوصًا الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢ - ١٨ شهرًا.



٢. الأعراض

تحدث النوبات - عادة - في اليوم الأول من المرض، وفي بعض الحالات يكون حدوث نوبة الحمى هو أول دليل على أن الطفل مريض؛ حيث تحدث معظم النوبات عندما تكون درجة حرارة الجسم أعلى من ٣٩ درجة مئوية (١٠٢,٢ درجة فهرنهايت)، كما قد يتم ملاحظة التالي:

إدارة العين إلى الخلف

فقدان الوعي، والقيء

اهتزازات، تشنجات
بالذراعين والقدمين

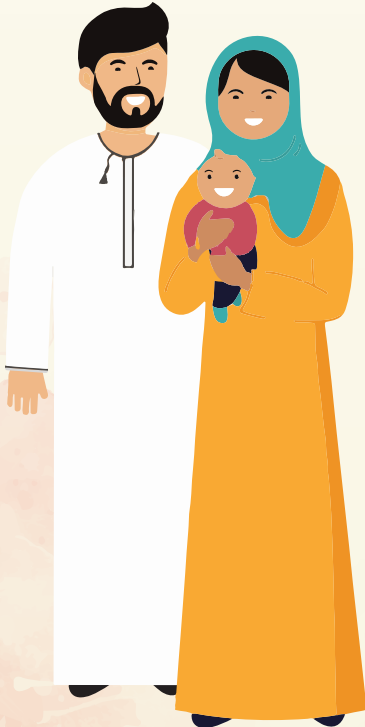
صعوبة التنفس

ضعف مؤقت في الذراع
أو الساق بعد النوبة
في بعض النوبات المعقدة

الشعور بالنعاس أو التعب
بعد انتهاء النوبة

٣. إرشادات للوالدين عند إصابة الطفل بالتشنجات الحرارية:

- عدم الهلع، أو الخوف؛ حيث تتوقف معظم النوبات من تلقاء نفسها خلال بضع دقائق.
- وضع الطفل على جانبه؛ حتى لا يختنق باللعب أو القيء.
- عدم وضع أي شيء في فم الطفل.
- لا تقيّد الطفل، أو تعرقل حركاته في أثناء النوبة.
- ابقاء العين على الساعة؛ لحساب مدة النوبة.
- البقاء قريبًا؛ من الطفل.
- الذهاب للطوارئ إذا استمرت النوبة أكثر من «٥ دقائق» أو إذا كانت مصحوبة بتصلب الرقبة، أو القيء، أو صعوبة في التنفس.



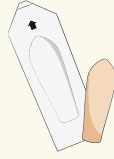
أدوية خفض الحرارة؟

١. الباراسيتامول:

يعتبر الباراسيتامول الخيار الأفضل لخفض درجة الحرارة
ويأتي على عدة أشكال:



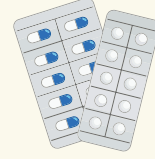
محاليل وريدية



تحميلات



شراب



أقراص

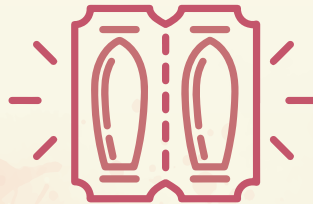
• الشراب:



يعطى من ١٠-١٥ مليجرام / لكل كيلو
جرام من وزن الطفل كل ٤-٦ ساعات.

• التحميلات:

لا تعطي قبل عمر ٣ أشهر وتعتمد الجرعة على عمر ووزن
الطفل



٢. اليبورفين

يعتبر شراب اليبورفين احد الأدوية الخافضة للحرارة للأطفال على أن تكون الجرعة من ٥ - ١٠ مليجرام/كيلو جرام كل ٦-٨ ساعات، والا يزيد مجموع الجرعات اليومية المعطاه عن ٤٠ مليجرام/ كيلو جرام من وزن الطفل مع الحذر من استخدامه للأطفال:

على معدة خالية

دون ٦ أشهر

الذين يعانون من تهيج أو قرحة المعدة

الذين يعانون من الربو أو تشوهات القلب الخلقية

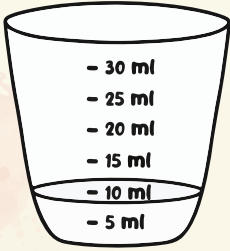
الذين يعانون من قصور في وظائف الكلى أو الكبد



نصائح عند إعطاء الدواء للأطفال

١. **اقرأ إرشادات الأدوية بعناية واتبعها بدقة:** كما عليك أن تخبّر الطبيب في حال كان طفلك يتناول أدوية أخرى.
٢. **حاول أن تكون جرعة الأدوية دقيقة:** فعلى سبيل المثال إن كنت ستعطي طفلك دواءً سائلاً يمكنك استخدام الملعقة المدرّجة أو غطاء الدواء المدرّج لتحديد الجرعة الصحيحة، وخذ بعين الاعتبار أن ملعقة المطبخ العادية لا تعطي الكمية الصحيحة.

٣. **أعط الجرعة بناءً على الوزن لا عمر الطفل:** ففي بعض الحالات يجب اعتماد الجرعة المخصصة لسن أصغر أو



أكبر بحسب وزن الطفل، حيث يمكن للطفل أن يكون وزنه أقل أو أكبر من أقرانه وبذلك تتغير الجرعة اللازم إعطاؤها بغض النظر عن العمر.

تجنب إعطاء طفلك الرضيع الذي يقل عمره عن شهرين أي دواء دون استشارة الطبيب



نصائح لإعطاء تحاميل الباراسيتامول للأطفال

١. اغسل يديك جيداً بالماء والصابون، والبس قفازات طبية إن أردت.
٢. أخرج التحميلة من الغلاف واغمسها بالقليل من الماء البارد ليسهل إدخالها.
٣. اطلب من طفلك أن يتمدد على جانبه وأن يضم رقبته إلى صدره، أو ساعده على ذلك إن كان رضيعاً.
٤. ابدأ بإدخال التحميلة من الطرف المدبب أولاً إلى داخل الشرج وادفعها بأصبعك إلا أن تختفي تماماً.
٥. أبق طفلك ممتدداً لمدة ١٥-٢٠ دقيقة لكي تذوب التحميلة ويتم امتصاص المادة الفعالة بشكل جيد.
٦. تخلص من القفاز الطبي في حال استعماله، واغسل يديك جيداً بعد الإنتهاء من الإجراء.



خطوات تساعد في تخفيف الحمى عند الأطفال بالمنزل

١. تخفيف ملابس الطفل.
٢. التهوية الجيدة لغرفة الطفل.
٣. استخدام الماء الفاتر ككمادات لتخفيف الحرارة.
٤. إعطاء الطفل الكثير من السوائل والإكثار من الرضاعة الطبيعية.
٥. التأكد من حصول الطفل على قسط وافر من الراحة.
٦. الحرص على إعطاء الغذاء الصحي والوجبات المعتادة.
٧. استخدام الأدوية الخاصة بتخفيف الحمى عند الأطفال.



احذر من إعطاء الطفل
الأعشاب والعقاقير التقليدية الشعبية
عند الحمى والتي قد تسبب
الضرر له

 OmanHealth    OmaniMOH  www.moh.gov.om  1212

٢٠٢٤م