

Скорая помощь: как снизить высокую температуру у ребенка?

В зависимости от степени повышения температура тела может быть субфебрильной — не выше 37,9°C, умеренной — 38–39°C, высокой — 39,1–41°C.

Сама по себе температура до 39°C не опасна и является защитной реакцией организма, поэтому ее не рекомендуется снижать жаропонижающими препаратами, рассказала Лидия Остроумова, главный внештатный специалист по скорой медицинской помощи Департамента здравоохранения Тюменской области.



Несмотря на высокую температуру, ребенок может бегать, прыгать, с аппетитом кушать, в общем, вести обычный образ жизни. Его кожные покровы теплые. В этом случае особых поводов для беспокойства нет. Если у ребенка никогда не было судорог, нет врожденных либо тяжелых хронических заболеваний, а также в момент простуды не появились рвота, жидкий

стул или сыпь, то лучший способ помочь — это давать обильное питье (часто и малыми порциями) и не одевать чересчур тепло, не укутывать в одеяла.

Когда надо снижать температуру у детей:

- * умеренная лихорадка (38°C) у больных с эпилепсией, онкологической патологией, симптомами повышения внутричерепного и артериального давления, пороками сердца, гидроцефалией и другими врожденными или хроническими заболеваниями;
- * умеренная лихорадка у детей первых 3 месяцев жизни;
- * умеренная лихорадка у детей до 3 лет жизни с последствиями перинатального повреждения ЦНС (особо — у детей с экстремально низкой массой тела при рождении);
- * все случаи высокой лихорадки (39°C и выше) вне зависимости от возраста ребенка;

При температуре 39°C и выше необходимо дать жаропонижающее средство в возрастной дозировке (всегда указана в листовке-вкладыше к препарату). Выбор жаропонижающего средства основан на его безопасности и переносимости, поэтому, по международным стандартам, предпочтение отдают двум базовым препаратам — парацетамолу и ибупрофену.

ВАЖНО! Уважаемые родители, не ждите, когда у ребенка повысится температура. Позаботьтесь о его здоровье заранее, узнав у своего педиатра, какие жаропонижающие препараты необходимо применять. Для детей в возрасте до 5 лет лучше иметь парацетамол или ибупрофен в свечах.

Что нельзя делать:

- Обтирать прохладной или холодной водой или спиртом (когда-то применялся для жаропонижающих обтираний). Это может вызвать не понижение, а повышение температуры и спровоцировать дрожь, которая подсказывает “сбитому с толку” организму, что надо не уменьшить, а увеличить выделение тепла.
- Вдыхать пары спирта вредно.
- Использование горячей воды поднимает температуру тела и, как и укутывание, может вызвать тепловой удар.
- Не заставляйте малыша лежать. По-настоящему больной ребенок сам будет находиться в своей кроватке. Если малышу захочется из нее вылезти, вполне можно разрешить ему заниматься чем-то спокойным.
- Не одевайте и не укрывайте ребенка чересчур тепло.
- Не накрывайте ребенка мокрым полотенцем или мокрой простыней — это может помешать отдаче тепла через кожу.
- После приема жаропонижающего средства измерьте температуру тела через 30–40 минут. Эффективным считается снижение температуры тела на 0,5°C за 30 минут. Не пытайтесь довести ее до показателей 36°C или 37°C, поскольку основное средство борьбы с вирусной инфекцией — интерферон, активно вырабатывается организмом при температуре тела 38,5 и выше. Достаточно снизить до 38,0°C, продолжив давать обильное питье. Через 2–4 часа повторить прием жаропонижающих препаратов.

Вызов бригады скорой помощи необходим в том случае, когда при температуре от 37,9–38°C и выше ребенок вялый, постоянно плачет, у него рвота и жидкий стул, отказывается от приема пищи, воды, а его кожные покровы бледные, холодные. Вдобавок есть склонность к судорогам или имеются хронические заболевания.

ВАЖНО! Родители, если ваш ребенок имеет врожденные или хронические заболевания, необходимо заранее получить информацию у педиатра о методах снижения температуры в случае простудных заболеваний.

Ожидая бригаду скорой помощи, воспользуйтесь описанными выше методами снижения температуры, учитывая при этом рекомендации педиатра.

Специалисты ГБУЗ ТО «Станция скорой медицинской помощи» рекомендуют: не занимайтесь самолечением, а обязательно обратитесь к врачу, который назначит лечение, выпишет рецепт, оформит больничный лист. В часы работы поликлиники вызовите на дом участкового врача или бригаду неотложной помощи.