



تب

تعریف: عبارت از افزایش درجه حرارت بدن که اغلب از دفاع بدن به تهاجم موجودات زنده میکرواورگانیسم ها ویا مواد بیجان که برای بدن پاتوژن شناخته می شود.

هیپرترمی: افزایش غیر عادی درجه حرارت بدن به طوری که مواد تب زا به طور مستقیم دخالت نداشته باشند یا اختلال در سیستم تنظیم درجه حرارت بدن باشد.

هیپوترمی: کاهش غیر عادی درجه حرارت بدن که ممکن است اختلال در سیستم تنظیم کننده حرارتی یا گرفتن در معرض هوای سرد باشد.

نکات مهم: درجه حرارت نرمال بدن اغلب حدود ۳۷ درجه سانتیگراد یا ۹۸/۶ درجه فارنهایت که در ساعات مختلف روز و افراد مختلف متفاوت است. درجه حرارت نرمال از طریق دهان در طول روز ۳۶ تا ۳۷/۷ متغیر است درجه حرارت نرمال رکتان حدود ۰/۶ درجه سانتیگراد بالاتر است به طور طبیعی درجه حرارت خانم ها بیشتر از آقایان است و در صبح حداقل و در بعداز ظهرها حداکثر

علائمی که به دنبال تب به وجود می آید:

- با افزایش درجه حرارت ضربان قلب ۱۵ بار اضافه می شود که باعث نارسایی قلبی یا دردهای آنژیتی می شود
- به دنبال تب بدن عرق می کنند و جهت کاهش درجه حرارت مقداری الکترولیت یا آب از دست می دهند که باید جبران کرد
- به دنبال تب تعداد تنفس افزایش می یابد
- به دنبال تب متابولیسم (سوخت و ساز) افزایش می یابد که اگر نیاز بدن تامین نشود باعث کاهش وزن می شود.

درمان:

- پاشویه با آب ولرم (هرگز از آب سرد ، الکل و سایر پیشنهادات جهت پاشویه استفاده نکنید)
- ماساژ بدن با حوله یا پارچه مرطوب
- دارویی: استفاده از استامینوفن ها (با دز مناسب)

نکته ۱:

دلایلی که تب را نباید کم کرد:

- یک علامت بیماری است و کاهش آن باعث احساس بهبودی که باعث توقف اقدامات و تشخیص پزشکی می شود.
- داروهای تب بر ممکن است اثرات زیان بخشی را به دنبال داشته باشند
- باعث بستری شدن در منزل یا بیمارستان می شود و جلوگیری از سرایت بیماری به دیگران می شود

نکته ۲:

پاشویه به معنی شستشوی پا نیست بلکه نقاطی از بدن را که گرمتر از سایر نقاط میباشد بشکل چرخشی شستشو میدهیم

دلایلی که تب را نباید قطع یا کم کنیم:

- در افراد مسن مبتلا به بیماری قلبی، عروقی، ریوی
- در بچه های کوچکتر از ۳ یا ۴ سال که سابقه تشنج دارند
- در بیماران که به علت تب، انسفالیت یا مشکلات مغزی یا قلبی پیدامی کنند
بخصوص در افراد پیر

آموزش های لازم:

- ۱- دمای بدن را هر ۲۰ دقیقه یک بار با درجه حرارت چک کنید.
- ۲- سبک کردن لباس کودک تا جایی که امکان دارد فقط با یک ملافه پوشانده شود.

۳- پاشویه با آب ولرم و در صورت پایین نیامدن تب استفاده از استامینوفن ، دادن مایعات به مقدار کم و به فواصل زیاد.

۴- در صورتی که تب بیشتر از ۲۴ ساعت ادامه داشته باشد به پزشک مراجعه کرده تا علت آن تشخیص داده شود.



تهیه: س- چهره

واحد آموزش پرستاری بیمارستان کودکان زمستان ۸۹
برگرفته از کتاب طب سیسل و سایت دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهبشتی