

## LÉČBA HOREČKY

Normální hodnoty tělesné teploty jsou 36 – 37 st. C. Zvýšená teplota je průvodním jevem nejrůznějších onemocnění a je důkazem mobilizace ochranných sil organismu v boji proti infekci. Z tohoto důvodu při teplotě do 38 st. C /při měření v zadečku do 38.5 st. C/ není potřeba podávat léky na její snížení. Při měření teploty v zadečku dítěte odečítáme 0.5 st. C.

### Fyzikální ovlivnění horečky – zábal

Tyto metody mohou krátkodobě snížit teploty, zlepšit komfort dítěte, je vhodné kombinovat je s antipyretiky /léky na snížení teploty/. Nikdy je nepoužíváme, pokud má dítě chladné končetiny nebo mramorovanou kůži. Také nejsou vhodné u dětí s vyrážkou nebo onemocněním kůže nebo pokud se dítě proceduře nepřiměřeně brání.

Dítě zabalíme do osušky nebo prostěradla namočeného ve vlažné vodě cca 25 st. C teplé a ponechám v zábalu 10 – 15 min. Osuška by měla zakrývat hrudník a břicho dítěte, končetiny necháváme volné. Dítě již ničím nepřikrýváme. Nečelo můžeme přiložit studený obklad. Od dítěte neodcházíme! Poté dítě vyndáme ze zábalu, osušíme, oblékneme do lehkého pyžama. Za půl hodiny dítěti přeměříme teplotu, většinou klesne o 0.5 – 1 st. C. Je nutné dbát na přiměřenou teplotu prostředí okolo 24 st.

### Medikamentózní ovlivnění horečky

Léky na snížení teploty podáváme ve formě sirupu, čípku nebo tablet. Důležité je správné dávkování – podle hmotnosti dítěte ! Antibiotika sama o sobě teplotu nesnižují, pokud je dítě užívá a má teplot, je nutné podat i lék proti horečce.

Paracetamol /Panadol baby sir., čípky, Paralen sir., čípky/ se podává dětem starším 3 měsíců podle potřeby až 4x denně.

Ibuprofen /Ibalgin, Ibuprofen, Nurofen, Brufen, Ibuberl/ se podává dětem od 6 měsíců věku nebo hmotnosti 7 kg podle potřeby 3 – 4x denně.

Při vysoké horečce lze střídát podání ibuprofenu a paracetamolu po 3-4 hodinách.

Dávkování viz tabulky.

Hmotnost dítěte v kg	Dávka sirupu Ibalginu, Ibuprofenu, Brufenu a Nurofenu	Nurofen čípek pro děti 60 mg	Nurofen čípek pro děti 125 mg
7 kg	1/2 odměrky - 2.5 ml	1 čípek až 3 x denně	_____
8 kg	1/2 odměrky - 2.5 ml	1 čípek až 3 x denně	_____
9 kg	3/4 odměrky - 4 ml	1 čípek až 4x denně	_____
10 kg	3/4 odměrky - 4 ml	1 čípek až 4x denně	_____
11 kg	1 odměrka - 5 ml	1 čípek až 4x denně	_____
12 kg	1 odměrka - 5 ml	1 čípek až 4x denně	_____
13 kg	1 odměrka - 5 ml	_____	1 čípek až 3 x denně
14 kg	1 odměrka - 5 ml	_____	1 čípek až 3 x denně
15 kg	1 odměrka - 5 ml	_____	1 čípek až 3 x denně
16 kg	1 1/4 odměrky - 6 ml	_____	1 čípek až 3 x denně
17 kg	1 1/4 odměrky - 6 ml	_____	1 čípek až 4x denně
18 kg	1 1/4 odměrky - 6 ml	_____	1 čípek až 4 x denně
19 kg	1 1/4 odměrky - 6 ml	_____	1 čípek až 4 x denně
20 kg	1 1/4 odměrky - 6 ml	_____	1 čípek až 4 x denně

Hmotnost dítěte v kg Dávka sirupu Panadolu Baby Paralen čípek pro děti 100 mg Panadol Baby čípek pro děti 125 mg

5 kg	1/2 odměrky - 2.5 ml	1/2	_____
6kg	1/2 odměrky - 2.5 ml	1/2	_____
7 kg	3/4 odměrky - 4 ml	1	_____

8 kg	3/4 odměrky - 4 ml	1	
9kg	1 odměrka - 5 ml	1	1
10 kg	1 odměrka - 5 ml	1	1
11 kg	1 odměrka - 5 ml	1 1/2	1
12 kg	1 1/4 odměrka - 6 ml	1 1/2	1
13 kg	1 1/4 odměrka - 6 ml		1
14 kg	1 1/4 odměrky - 6 ml	2	1
15 kg	1 1/2 odměrky - 7,5 ml	2	2
16 kg	1 1/2 odměrky - 7,5 ml	2	2
17 kg	1 1/2 odměrky - 7,5 ml	2	2
18 kg	1 1/2 odměrky - 7,5 ml	2	2
19 kg	1 3/4 odměrky - 9 ml	2	2
20 kg	1 3/4 odměrky - 9 ml	2	2

#### průjem a zvracení :

Pro četná průjmová onemocnění a zvracení návod k postupu:

Strava první dny při průjmu/zvracení

1. den : čaj suchary, čaj přislazený glukopurem, lépe Kulíšek ( ORS)celkové množství dle počtu průjmových stolic a tělesné teploty .

Při ZVRACENÍ po lžičkách pouze ORS (Kulíšek, Vodníček)

2. den: totéž jako první

+ čistý hovězí nebo slepičí vývar z libového masa, možno zahustit rýží, osolit + mrkev, jemně strouhaná jablka a banán, dětské piškoty

3. den totéž jako 2. den

+ nemastná rýže, bílé pečivo, nemastná dušená mrkev, br. kaše bez mléka

4. den totéž jako 3. den

+ libové maso , těstoviny, rajská omáčka bez tuku

Po dobu 14 dnů nutno vyloučit:

Smažené pokrmy apotraviny,

Uzeniny a kořeněná jídla

Luštěniny

Živočišné tuky a majonéuu

Zelí kedluben kapusta

Čokoláda, cukrářské výrobky, čerstvé kynuté výrobky

Mléko

**Důležité!**

Sledovat známky dehydratace – dítě nemočí, je unavené, ochablé, má kruhy pod očima, snížené kožní napětí, pláče bez slz, má oschlé rty a jazyk - za těchto okolností je nutné přijetí do nemocnice.