

هذه النصيحة مخصصة للآباء / مقدمي الرعاية الذين يأخذون أطفالهم إلى المنزل بعد استشارة الطبيب. قد يوصي طبيبك بعلاجات مختلفة حسب حالة طفلك.



هذه نصيحة حول التخريج من الرعاية لمقدمي الرعاية للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 سنوات والذين يعانون من الحمى حيثما أمكن ذلك لا تعرف السبب.

معلومات حول الحمى عند الأطفال

- تعتبر الحمى شائعة للغاية عند الأطفال وعادة ما توجي بأن طفلك مصاب بعدوى.
- يعاني طفلك من حمى إذا زادت درجة حرارته عن 38 درجة مئوية. أدق طريقة لقياس درجة حرارة طفلك باستخدام مقياس حرارة رقمي
- تعد العدوى الفيروسية أكثر شيوعًا من العدوى البكتيرية. أعراض مثل سيلان الأنف ، السعال ، والتنفس ، والتهاب الحلق ، واحمرار العينين ، والإسهال كلها توجي بالإصابة بعدوى فيروسية أكثر من عدوى بكتيرية. إذا كان هناك عدد من الأشخاص ليسوا على ما يرام في نفس المنزل ، فهذا يشير أيضًا إلى عدوى فيروسية (لأن العدوى الفيروسية تنتشر بسهولة)
- تميل العدوى الفيروسية إلى التحسن من تلقاء نفسها ولا تحتاج إلى علاج بالمضادات الحيوية

كيف يمكنني الاعتناء بطفلي؟

- قدم لهم الطعام البسيط والمشروبات العادية. واصل في الرضاعة إذا كان طفلك يرضع
- إذا كان يتقيأ ، فقدم له مشروبات صغيرة متكررة حيث أنه من المرجح أن يتم استيعابها
- لا تحاول التحكم في درجة حرارة طفلك باستخدام الإسفنج الفاتر أو المراوح
- راقب طفلك ليلاً ونهارًا واتبع الإرشادات الموضحة فوراً الصفحة.
- إذا ظهر طفح جلدي قم بـ"اختبار الزجاج" (انظر أدناه)
- إن الحمى شائعة عند الأطفال بعد 48 ساعة من تلقي التطعيمات – فكر في إعطاء باراسيتامول بانتظام
- إذا كان طفلك على وشك الحصول على التطعيمات ، فقم بتأجيل الموعد إلى ما بعد تحسن درجة الحرارة لديه
- قم بإخطار مدرستهم أو روضتهم إذا كنت بحاجة إلى إبقاء طفلك بعيداً عن المدرسة أو الروضة عندما لا يكون على ما يرام ويعاني من ارتفاع في درجة الحرارة

استخدام الأدوية للمساعدة

- فكر في إعطاء باراسيتامول أو إيبوبروفين للراحة.
- استخدم واحد منها وإذا لم يتحسن طفلك بعد 2-3 ساعات ، يمكنك محاولة إعطاء الدواء الآخر
- اقرأ بعناية التعليمات الموجودة على الدواء لمعرفة عدد الجرعات والمواعيد التي يتم فيها تناوله. على الرغم من أن كلاهما آمنين عند استخدامهما بشكل صحيح ، فقد تكون ضارة إذا تم إعطاء جرعة كبيرة جدًا ، أو إذا تم إعطاؤها بكثرة.
- يمكنك أن تطلب من الصيدلي المحلي المزيد من النصائح حول الأدوية
- بشكل عام ، لا ننصح بتناول أدوية السعال

اختبار الزجاج

قم بإجراء "اختبار الزجاج" إذا كان طفلك يعاني من طفح جلدي. اضغط على كأس الزجاج بقوة ضد الطفح الجلدي. إذا كنت تستطيع أن ترى البقع من خلال الزجاج وهي لا تتلاشى عندما تضغط بكأس الزجاج على الجلد فيسمى هذا "طفح جلدي غير مبيض".

إذا رأيت هذا النوع من الطفح الجلدي ، فاطلب المشورة الطبية فوراً.

يصعب رؤية الطفح الجلدي على البشرة الداكنة ، لذا تحقق من المناطق الفاتحة ، مثل راحتي اليدين وباطن القدمين والبطن.



متى يجب أن أطلب المساعدة؟

<p>أنت بحاجة إلى مساعدة عاجلة. اذهب إلى أقرب قسم طوارئ بالمستشفى أو اتصل/ي برقم 999</p>	<p>إذا كان لدى طفلك أي مما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • يصبح شاحبًا ومرقشًا ويشعر ببرودة غير طبيعية لدى اللمس • ظهور اللون الأزرق حول الشفاه • صعوبة شديدة في التنفس - ضيق في التنفس لدرجة يصعب له التحدث/ الأكل أو الشرب • يعاني من نوبة • يصبح هائجًا للغاية (يبكي بدون انقطاع رغم محاولة تسليته) أو مرتبكًا أو شديد الخمول (يصعب إيقافه) • يظهر طفح جلدي لا يختفي مع الضغط (انظر "اختبار الزجاج" أعلاه) • أقل من شهر من العمر ودرجة حرارته تبلغ 38 درجة مئوية / 100.4 درجة فهرنهايت أو أعلى 	
<p>أنت بحاجة إلى الاتصال بطبيب أو ممرضة اليوم. يرجى الاتصال بعيادة الطبيب الخاصة بك أو الاتصال بأن آيتش أس 111 - NHS 111 - اتصل بالرقم 111</p>	<p>إذا كان طفلك يعاني مما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • يجد صعوبة في التنفس • يبدو وكأنه يشعر بالجفاف (عيون غارقة ، نعسان أو لم يمرر البول لمدة 12 ساعة) • يصبح نعسان (نعاس مفرط) أو سريع الانفعال (غير قادر على تهدئته باللعب ومشاهدة التلفزيون ، الطعام أو احتضانه) - خاصة إذا بقي نعسان أو عصبي على الرغم من انخفاض درجة الحرارة • لديه ارتعاش شديد أو يشتكى من ألم في العضلات • يتراوح عمره بين 1-3 أشهر مع ارتفاع في درجة الحرارة إلى 38 درجة مئوية / 100 درجة فهرنهايت أو أعلى ؛ أو 3-6 أشهر وتكون درجة حرارتهم 39 درجة مئوية / 102.2 درجة فهرنهايت أو أعلى (لكن الحمى شائعة عند الأطفال حتى يومين بعد تلقي التطعيمات). • استمرار الإصابة بحمى تصل إلى 38.0 درجة مئوية أو أعلى أكثر من 5 أيام • يزداد سوءًا أو إذا كنت قلقًا 	
<p>رعاية ذاتية استمر في تقديم رعاية طفلك في المنزل. إذا كنت لا تزال قلقًا بشأن طفلك ، فاتصل بطبيبك أو الاتصال بأن آيتش أس 111 - NHS 111 - اتصل بالرقم 111</p>	<p>في حالة عدم وجود أي من الميزات الموجودة في المربعات الحمراء أو البرتقالية أعلاه.</p>	

المستشفى الملكي للأطفال ، غلاسكو - آخر تحديث: نوفمبر 2020
تم تعديل المحتوى بإذن من المورد what0-18.nhs.uk الذي أنتجته مبادرة معا في صحة أحسن