

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



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؟

- حافظ على راحة طفلك قدر الإمكان. فكر في إعطاء الباراسيتامول أو الإيبوبروفين للراحة
- قدم لهم الطعام البسيط والمشروبات العادية
- إذا كان الشخص 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 في الصفحة. إذا ظهر طفح جلدي قم بـ"اختبار الزجاج" (انظر أدناه)
- إذا كان طفلك على وشك الحصول على التطعيمات ، فقم بتأجيل الموعد إلى ما بعد تحسن درجة الحرارة لديه
- قم بإخطار مدرستهم إذا كنت بحاجة إلى إبقاء طفلك بعيدًا عن المدرسة عندما لا يكون على ما يرام ويعاني من ارتفاع في درجة الحرارة

استخدام الأدوية للمساعدة

- إذا كان طفلك يعاني من الضيق ، فعليك التفكير في إعطائه باراسيتامول أو إيبوبروفين لمساعدته على الاستراحة أكثر. 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 والمرات التي يتم فيها تناوله. على الرغم من أن كلاهما آمنين عند استخدامهما بشكل صحيح ، وقد 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.



| | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <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 معه التحدث/ الأكل أو الشرب • يعاني من نوبة • يصبح هائجًا للغاية أو مرتبغًا أو شديد الخمول (يصعب إيقافه) • يظهر طفح جلدي لا يختفي مع الضغط (انظر "اختبار الزجاج" أعلاه) |  <p>أحمر</p> |
| <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) • 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 • استمرار الإصابة بحمى تصل إلى 38.0 درجة مئوية أو أعلى لأكثر من 5 أيام • يزداد سوءًا أو إذا كنت قلقًا |  <p>برتقالي</p> |
| <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> |  <p>أخضر</p> |