

# Gorączka u dzieci, które nie ukończyły 5 lat



Niniejsza porada jest przeznaczona dla rodziców/opiekunów, którzy po konsultacji lekarskiej wracają z dzieckiem do domu. Lekarz może zalecić inne leczenie, zależnie od stanu Państwa dziecka.

**Jest to porada przekazywana przy wypisie opiekunom dzieci, które nie ukończyły 5 lat, a u których wystąpiła gorączka o nieznannej przyczynie.**

## O gorączce u dzieci

- Gorączka występuje u dzieci bardzo często i na ogół wskazuje na rozwijającą się infekcję.
- Gorączka u dziecka oznacza temperaturę powyżej 38°C. Najdokładniejszym sposobem mierzenia temperatury u dzieci jest użycie termometru elektronicznego.
- Infekcje wirusowe występują dużo częściej niż bakteryjne. Objawy, takie jak katar, kaszel, świszczący oddech, ból gardła, zaczerwienione oczy i biegunka wskazują, że jest to infekcja raczej wirusowa niż bakteryjna. Jeżeli w tym samym gospodarstwie domowym choruje więcej osób, wskazuje to na infekcję wirusową (ponieważ łatwiej się rozprzestrzeniają).
- Infekcje wirusowe na ogół ustępują same i nie wymagają stosowania antybiotyków.

## Jak mogę opiekować się moim dzieckiem?

- Należy podawać mu proste posiłki i regularnie zaspokajać pragnienie. Dzieci karmione piersią należy nadal karmić w ten sposób.
- Jeżeli dziecko wymiotuje, należy podawać mu napoje w niewielkiej ilości, co zmniejsza prawdopodobieństwo ich zwrócenia.
- Nie należy kontrolować temperatury u dziecka za pomocą schładzania gąbką lub wiatrakiem.
- Należy obserwować dziecko w dzień i w nocy i stosować się do wskazówek podanych na odwrocie.
- W przypadku wystąpienia wysypki należy przeprowadzić „test szklanki” (patrz wskazówki poniżej).
- Gorączka często występuje u niemowląt w ciągu 48 godzin po podaniu szczepionki - można podać dziecku paracetamol. Jeżeli dziecko ma zaplanowane szczepienie, należy je przełożyć do czasu ustąpienia gorączki.
- Jeżeli podczas okresu choroby i gorączki dziecko musi opuścić zajęcia w szkole lub przedszkolu, należy zawiadomić przedszkole lub szkołę.

## Zastosowanie leków

- Aby poprawić samopoczucie dziecka, można podać mu paracetamol lub ibuprofen.
- Należy podać jeden z tych leków, a jeżeli u dziecka nie nastąpiła poprawa, po 2-3 godzinach można podać drugi lek.
- Należy uważnie przeczytać ulotkę dołączoną do opakowania, zwłaszcza w odniesieniu do dawki i częstości podania. Pomimo iż obydwa leki są bardzo bezpieczne przy właściwym podaniu, przy podaniu zbyt dużej dawki lub zbyt częstym stosowaniu mogą być szkodliwe.
- Należy zasięgnąć porady farmaceuty na temat stosowanych leków.
- Nie zalecamy stosowania leków na kaszel.

## Test szklanki



Jeżeli u dziecka wystąpiła wysypka, należy wykonać „test szklanki”. Należy przycisnąć mocno szklankę do miejsca z wysypką. Jeżeli poprzez szkło nadal widać zmiany, które nie znikają po przyciśnięciu szklanki do skóry, jest to tzw. wysypka nieblednąca.


**W przypadku zauważenia takiej wysypki należy natychmiast zasięgnąć porady lekarskiej.** Wysypki nie widać dobrze na ciemnej skórze, dlatego należy sprawdzić w jaśniejszych miejscach, takich jak dłonie, podeszwy stóp i brzuch.



*(Zdjęcie użyte przez Meningitis Research Foundation 2013)*

## Kiedy należy szukać pomocy?

 <p><b>CZERWONY</b></p>	<p><b>Jeżeli u dziecka występuje jakikolwiek z następujących objawów:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Skóra dziecka staje się blada, plamista i zimna w dotyku</li><li>• Dziecko sinieją wargi</li><li>• Ciężkie zaburzenia oddychania - uniemożliwiające mówienie/niemożność jedzenia lub picia</li><li>• Wystąpienie ataku/napadu</li><li>• Dziecko staje się bardzo pobudzone (nie może przestać płakać pomimo prób odwrócenia uwagi), zdezorientowane lub popada w letarg (trudno je obudzić)</li><li>• U dziecka występuje wysypka, która nie ustępuje pod naciskiem (patrz 'test szklanki' powyżej)</li><li>• U dziecka przed ukończeniem pierwszego miesiąca życia występuje gorączka co najmniej 38°C</li></ul>	<p><b>Jeżeli u dziecka występuje jakikolwiek z następujących objawów:</b></p> <p>Należy udać się do najbliższej szpitalnej izby przyjęć lub zadzwonić pod numer <b>999</b></p>
 <p><b>AMRED ŻÓŁTY</b></p>	<p><b>Jeżeli u dziecka występuje jakikolwiek z następujących objawów:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ma trudności z oddychaniem</li><li>• Wydaje się odwodnione (zapadnięte oczy, senność lub nieoddawanie moczu przez 12 godzin)</li><li>• Staje się bardzo senne lub rozdrażnione (nie da się go uspokoić przy pomocy zabawek, bajek, jedzenia lub wzięcia na ręce) - zwłaszcza jeżeli nadal jest nadmiernie senne lub rozdrażnione pomimo spadku gorączki</li><li>• Ma silne dreszcze lub skarży się na ból mięśni</li><li>• Dziecko ma 1-3 miesiące i występuje u niego temperatura 38°C lub więcej, lub 3-6 miesięcy i temperatura 39°C lub więcej (jednakże gorączka często występuje u niemowląt przez 2 dni po podaniu szczepionki).</li><li>• Ma gorączkę 38°C lub wyższą przez co najmniej 5 dni</li><li>• Stan dziecka zdaje się pogarszać lub budzi Państwa niepokój</li></ul>	<p><b>Należy dzisiaj skontaktować się z lekarzem lub pielęgniarką.</b></p> <p>Proszę zadzwonić do poradni lekarzy rodzinnych lub na numer NHS 111 - <b>111</b></p>

 <p><b>ZIELONY</b></p>	<p>Jeżeli nie występują żadne ze zdarzeń z pola czerwonego lub żółtego.</p>	<p><b>Samoleczenie</b> Należy nadal leczyć dziecko w domu. Jeżeli nadal niepokoi Państwa stan dziecka, proszę skontaktować się z lekarzem rodzinnym lub zadzwonić pod numer NHS 111 – <b>111</b></p>
---	---	--

Royal Hospital for Children, Glasgow – ostatnia aktualizacja: Listopad 2020

*Adaptowano z witryny [what0-18.nhs.uk](http://what0-18.nhs.uk) za zgodą twórcy, Healthier Together initiative*