

# Febra la copii de sub 5 ani

Aceste sfaturi sunt pentru îngrijirea copiilor acasă de către părinți/îngrijitori după ce au consultat un medic. Doctorul dumneavoastră poate recomanda tratamente diferite în funcție de condiția copilului dumneavoastră.



Acestea sunt sfaturi de externare pentru îngrijitorii copiilor mai mici de 5 ani care au febră în cazurile în care nu se știe cauza.

## Despre febra la copii

- Febra este foarte des întâlnită la copii și sugerează de obicei că copilul dumneavoastră are o infecție.
- Copilul dumneavoastră are febră dacă temperatura lui e de peste 38°C. Cel mai precis mod de a măsura temperatura copilului dumneavoastră este cu un termometru digital.
- Infecțiile virale sunt mult mai comune decât cele bacteriene. Simptomele cum ar fi nas înfundat, tuse, respirație șuierătoare, durere în gât, ochii roșii și diaree indică mai mult o infecție virală decât una bacteriană. Dacă mai multe persoane nu se simt bine în aceeași casă poate indica o infecție virală (pentru că infecțiile virale se răspândesc ușor)
- Infecțiile virale tind să dispară singure și nu au nevoie de tratament cu antibiotice.

## Cum pot avea grijă de copilul meu?

- Oferiți-i mâncăruri simple și băuturi obișnuite. Dacă bebelușul dumneavoastră e sugar, continuați să îl alăptați.
- Dacă vomită, oferiți-i de băut puțin și des deoarece așa se reduce posibilitatea de a vomita
- Nu încercați să controlați temperatura copilului cu băi cu burete calduț sau cu ventilatoare
- Fiți atenți la copilul dumneavoastră zi și noapte și urmăriți ghidurile de pe verso.
- Dacă apare o iritație faceți „Testul cu sticla” (vedeți mai jos)
- Febra este normală la bebeluși până la 48 de ore după ce au fost vaccinați - luați în considerare să îi dați paracetamol normal. Dacă este perioada în care copilul dumneavoastră trebuie să își facă vaccinurile, amânați-le până ce i-a mai trecut febra
- Dacă trebuie să țineți copilul acasă de la grădiniță sau școală cât timp nu se simte bine și are febră vă rugăm să anunțați grădinița sau școala.

## Folosirea medicamentelor pentru calmare

- Luați în considerare să îi dați paracetamol sau ibuprofen ca să se simtă mai confortabil.
- Folosiți unul iar dacă copilul dumneavoastră nu se simte mai bine după 2-3 ore puteți încerca să îi dați celălalt medicament.
- Citiți prospectul cu atenție pentru dozaj și frecvență. Deși ambele sunt sigure când sunt folosite în mod corect, pot fi dăunătoare dacă se folosește o doză prea mare sau se iau prea des.
- Îi puteți cere farmacistului local mai multe sfaturi despre medicamente
- În general, nu recomandăm medicamente pentru tuse

## Testul cu sticla




Efectuați „testul cu sticla” dacă copilul dumneavoastră are o iritație. Apăsați un pahar din sticlă ferm pe iritație. Dacă puteți vedea punctele prin sticlă și nu dispar când apăsați sticla pe piele atunci aceasta se numește o „iritație care nu dispore”

**Dacă vedeți o astfel de iritație apăsați la sfatul medicului imediat.**

Această iritație e mai greu de văzut pe piele mai închisă la culoare deci încercați pe zone mai palide cum ar fi palmele, tălpile și pe burtă.



## Când ar trebui să solicit ajutor?

 <p><b>ROȘU</b></p>	<p><b>Dacă copilul dumneavoastră prezintă următoarele:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Devine palid, cu pete și este anormal de rece la atingere</li> <li>• I se învinețesc buzele</li> <li>• Dificultăți respiratorii grave - nu are destul aer încât să vorbească/ să mănânce sau să bea</li> <li>• Are o criză/convulsii</li> <li>• Devine extrem de agitat (plângând inconsolabil în ciuda distragerilor), este confuz sau foarte letargic (greu de trezit)</li> <li>• Îi apare o iritație care nu dispăre sub presiune (vedeți „Testul cu sticla” de mai sus)</li> <li>• Are sub 1 lună și are o temperatură de 38°C / 100.4°F sau mai mult</li> </ul>	<p><b>Dacă copilul dumneavoastră are una dintre următoarele:</b></p> <p>Mergeți la Departamentul de Urgențe al celui mai apropiat spital sau sunați la <b>999</b></p>
 <p><b>GALBEN</b></p>	<p><b>Dacă copilul dumneavoastră prezintă următoarele:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Îi e greu să respire</li> <li>• Pare deshidratat (ochi adânci, somnolent, nu a urinat de 12 ore)</li> <li>• Devine somnolent (foarte adormit) sau irascibil (incapabil să se liniștească cu jucării, TV, mâncare sau luat în brațe) - mai ales dacă rămâne somnolent sau irascibil în ciuda reducerii febrei</li> <li>• Tremură excesiv sau se plânge de dureri musculare</li> <li>• Are între 1-3 luni și are o temperatură de 38°C / 100°F sau mai mult; sau 3-6 luni cu o temperatură de 39°C / 102.2°F sau mai mult (dar febra este normală la bebeluși până la 2 zile după ce au fost vaccinați)</li> <li>• Are o febră de 38°C sau mai mult pentru mai mult de 5 zile</li> <li>• Pare că se simte mai rău sau dacă sunteți îngrijorați.</li> </ul>	<p><b>Trebuie să contactați un doctor sau o asistentă medicală azi.</b></p> <p>Vă rugăm să sunați la cabinetul medicului dumneavoastră de familie sau să sunați la NHS 111 - sunați la <b>111</b></p>
 <p><b>VERDE</b></p>	<p>Dacă nu apare niciunul dintre simptomele din căsuța roșie sau cea aurie de mai sus.</p>	<p><b>Auto-îngrijire</b></p> <p>Continuați să aveți grijă de copil acasă. Dacă încă sunteți îngrijorați cu privire la copilul dumneavoastră, contactați-vă medicul de familie sau sunați la NHD 111 - sunați la <b>111</b></p>