

الحمى لدى الأطفال

Arabic

الحمى (درجة حرارة عالية) شائعة لدى الأطفال. الحمى هي استجابة طبيعية للعديد من الأمراض، وأكثرها شيوعاً هي العدوى في الجسم. عادة لا تكون الحمى نفسها ضارة - بل إنها تساعد نظام المناعة في الجسم على محاربة العدوى.

في حين أن الحمى يمكن أن تكون مثيرة للقلق بالنسبة للوالدين، إلا أن الأطباء عادة ما يكونون أكثر قلقاً بشأن ما يسبب الحمى، وليس ما هي درجة حرارة الطفل. من الأهم بالنسبة لكم مراقبة أي أعراض للمرض الأساسي، بدلاً من الحمى نفسها.

علامات وأعراض الحمى

يعاني طفلكم من الحمى عندما تزيد درجة حرارته عن 38 درجة مئوية على ميزان الحرارة.

قد يكون طفلكم أيضاً:

- مريضاً وساخنأ عند لمسه
- عصبياً أو يبكي
- أكثر نعساناً من المعتاد
- يتقيء أو يرفض الشرب
- يرتجف
- يتألم.

إذا كان عمر طفلكم أقل من ثلاثة أشهر ولديه درجة حرارة أعلى من 38 درجة مئوية، فعليك زيارة الطبيب، حتى إذا لم تظهر عليه أعراض أخرى.

أخذ درجة حرارة طفلكم

هناك عدد من الطرق التي يمكنك فيها أخذ درجة حرارة الطفل. تقيس كل طريقة درجة حرارة طفلكم بطريقة مختلفة، ويمكن أن تختلف النتائج وفقاً لنوع مقياس الحرارة الذي تستخدمونه. تشمل الطرق المختلفة ما يلي:

- على الجبين بواسطة ميزان الحرارة ذات الأشعة تحت الحمراء
- تحت الذراع أو تحت اللسان باستخدام ميزان حرارة رقمي أو زئبقي أو كحولي
- ميزان الحرارة في الأذن (الطبلي)
- موازين الحرارة الشريطية البلاستيكية المستخدمة على الجبين (لا يُوصى بها لأنها غير موثوقة).

بعض موازين الحرارة أكثر ملاءمة لمجموعات عمرية معينة لذا يجب عليك دائماً قراءة إرشادات الشركة المصنعة وإتباعها للحصول على قراءة دقيقة. يمكنك أيضاً أن تطلبوا من طبيبك أو الصيدلي أن يريك كيفية استخدام مقياس الحرارة الخاص بكم. افعلوا ذلك قبل أن تحتاجونه.

التشنجات الحموية

يمكن أن يعاني بعض الأطفال من تشنجات (نوبة أو اختلاجات) عند الإصابة بالحمى. وتسمى هذه بالتشنجات الحموية. قد يصاب طفلكم بالتشنج الحموي إذا ارتفعت درجة حرارته فجأة. في بعض الأحيان، يحدث التشنج عندما لا يعرف الوالدان بالفعل أن أطفالهم مصابون بالحمى. التشنجات الحموية ليست شائعة ولا تسبب عادة أي آثار صحية على المدى الطويل. اطلعوا على ورقة المعلومات الخاصة بنا [التشنجات الحموية](http://r.ch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febrile_Convulsions) (r.ch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febrile_Convulsions).

الرعاية في المنزل

غالباً ما يكون فيروس هو سبب العدوى التي تؤدي إلى الحمى، وأحياناً تكون البكتيريا هي السبب. يتم علاج الالتهابات البكتيرية فقط بالمضادات الحيوية. الالتهابات الفيروسية أكثر شيوعاً ولا تحتاج إلى مضادات حيوية، لأن المضادات الحيوية لا تشفي الفيروسات.

لن يساعد خفض درجة حرارة طفلكم على علاج المرض الأساسي بسرعة أكبر. الميزة الوحيدة لخفض الحمى هي تحسين راحة طفلكم.

إذا كان طفلكم يبدو جيداً وسعيداً، فلن تكون هناك حاجة لعلاج الحمى. إذا كان طفلكم عصبياً، فهناك أشياء يمكنك القيام بها لمساعدته على الشعور براحة أكبر:

- أعطوا طفلكم مشروبات صغيرة متكررة. يرفض العديد من الأطفال تناول الطعام عندما يصابون بالحمى. هذه ليست مشكلة، طالما أنهم يبقون رطبين.
- قوموا بإعطاء رضعات طبيعية إضافية أو زجاجات الحليب الاصطناعي أو الماء المغلي المبزّد للأطفال دون سن ستة أشهر.
- أعطوا طفلكم باراسيتامول و/أو ايبوبروفين إذا كانت الحمى تجعله عصبياً أو لديه أعراض أخرى مثل التهاب الحلق. اتبعوا بعناية تعليمات الجرعة الموجودة على العبوة. لا تعطوا الإيبوبروفين للأطفال دون سن الثلاث أشهر أو لأي طفل مصاب بالجفاف. لا تعطوا أبداً الأسبرين للأطفال. اطلعوا على ورقة المعلومات الخاصة بنا [مسكنات الألم للأطفال](http://r.ch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children) (r.ch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children).
- حاولوا مسح جبينه بإسفنجة أو منشفة وجه مبللة بالماء الدافئ قليلاً للمساعدة على تبريده. من المهم ألا يصبح بارد جداً أو غير مرتاح عند القيام بذلك. لا يُنصح بالحمامات الباردة.
- البسوا طفلكم ملابس كافية بحيث لا يكون حاراً أو بارداً. إذا كان طفلكم يرتجف، أضفوا طبقة أخرى من الملابس أو بطانية حتى يتوقف عن الرجفان.

راقبوا طفلكم بالنسبة للعلامات التي تدل على أن مرضه يزداد سوءاً.

متى تراجعون الطبيب

إذا كان عمر طفلكم أقل من 3 أشهر ولديه درجة حرارة أعلى من 38 درجة مئوية، أو إذا كان لدى طفلكم جهاز مناعي ضعيف بسبب حالة طبية أو علاج طبي، ولديه درجة حرارة أعلى من 38 درجة مئوية، فعليكم زيارة الطبيب، حتى إذا لم يكن لديه أي أعراض أخرى.

بالنسبة لجميع الأطفال الآخرين، خذوهم لرؤية الطبيب إذا كانت درجة حرارتهم أعلى من 38 درجة مئوية ولديهم أي من الأعراض التالية:

- تيبس الرقبة أو الضوء يؤدي عيونهم
- التقىء ورفض شرب الكثير
- طفح جلدي
- أكثر نعساناً من المعتاد
- مشاكل في التنفس
- ألم لا يتحسن مع أدوية تخفيف الألم.

خذوا أيضاً طفلكم إلى الطبيب إذا:

- كان لديه حمى فوق 40 درجة مئوية
- قد أصيب بأي حمى لأكثر من يومين
- يبدو مريضاً أكثر
- لديه تشنجات حموي.

نقاط أساسية لتذكرها

- الحمى شائعة عند الأطفال.
- تحدث الحمى عندما ترتفع درجة حرارة الطفل فوق 38 درجة مئوية.
- إذا كان طفلكم يبدو جيداً وسعيداً، فلن تكون هناك حاجة لعلاج الحمى.
- إذا كان عمر طفلكم أقل من ثلاثة أشهر ولديه درجة حرارة أعلى من 38 درجة مئوية، خذوه إلى الطبيب، حتى لو لم يكن لديه أية أعراض أخرى.
- خذوا طفلكم إلى الطبيب إذا بدا أنه يزداد سوءاً أو أن درجة حرارته تزيد عن 40 درجة مئوية.

للمزيد من المعلومات

- معلومات صحية للأطفال: [التشنجات الحموية](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febriile_Convulsions) (rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febriile_Convulsions)
- معلومات صحية للأطفال: [مسكنات الألم للأطفال – الباراسيتامول والإيبوبروفين](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children) (rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children)
- شبكة تربية الأطفال: [أخذ درجة حرارة طفلكم](http://raisingchildren.net.au/articles/taking_your_childs_temperature.html) (raisingchildren.net.au/articles/taking_your_childs_temperature.html)
- راجعوا طبيبك أو ممرضة صحة الأم والطفل.

تم تطويره من قبل مستشفى The Royal Children's Hospital بدعم من حكومة ولاية فيكتوريا rch.org.au/kidsinfo

تمت المراجعة في 2018

يتم دعم المعلومات الصحية للأطفال من قبل مؤسسة The Royal Children's Hospital Foundation. للتبرع، يُرجى زيارة rchfoundation.org.au



إخلاء المسؤولية

يجب ألا تحل هذه المعلومات محل النقاش مع طبيبك أو أخصائي الرعاية الصحية. لقد بذل مستشفى RCH كل الجهود المعقولة لضمان دقة هذه المعلومات في وقت النشر. لا يُعتبر RCH مسؤولاً عن أي أخطاء أو سوء فهم أو نجاح أي علاج محدد في هذه النشرات. يتم تحديث هذه المعلومات بانتظام. تحققوا دائماً وتأكدوا من أن لديكم النسخة الحالية.