

bebeklik dönemi ve ateş

Normal vücut sıcaklığı 37 (° C) derecedir. Bu değer ateşin nereden ölçüldüğü ya da günün hangi saatlerinde ölçüldüğüne bağlı olarak 36-38 °C derece arasında değişebilir.

Yüksek ateş ailelerin en çok tedirgin oldukları durumlardan biridir. Ateş, kendi başına bir hastalık değildir; çoğunlukla birkaç ana nedenden kaynaklanabilir;

- » Enfeksiyon: Çoğu durumda ateş, vücudun enfeksiyonla savaşmakta olduğunun işaretidir.
- » Bağışıklama: Bebek ve çocuklar aşı olduktan sonra bazen hafif dereceli ateşlenme durumu olabilir.
- » Diş çıkarma: Diş çıkartma vücut ısısında hafif bir yükselmeye neden olabilir.
- » Ortam etkisi: Bebeklerin fazla kalın giydirilmesi veya örtü, kundak ile fazlaca sarılmış olması; ortam sıcaklığı çok yüksek tutulması vücut ısılarında yükselmeye neden olabilir.

Ateş Ne Zaman Ciddi Bir Durumun Belirtisidir?

Ateşi ölçmek için güvenilir bir dijital termometre kullanın.

- » 3 aylık ve daha küçük bebeklerde ateşin 37,5 °C ve üzeri olması bir enfeksiyon belirtisi olabileceğinden mutlaka doktor tarafından kontrol edilmelidir. Vakit kaybetmeden en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.
- » 3 ay – 3 yaş arası bebeklerde 37,5 derece üzeri ateş durumunda mümkünse çocuğunuzu görmesi gerekip gerekmediğini öğrenmek için doktorunuzu arayın, arama şansınız bulunmuyorsa en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.
- » 3 yaş üzeri çocuklarda çocuğunuzun davranışlarını ve genel durumunu takip etmek bir doktor tarafından görülmesi gerekliliği konusunda size fikir verecektir. Hala oynamakla ilgileniyorsa, yemek yeme, su gibi sıvı gıdalar alma durumunda sıkıntı yoksa, normal bir ten rengine sahipse muhtemelen bir süre daha ateşle evde mücadele edebilirsiniz.

Aşağıdaki durumlarda doktorunuza başvurun:

- » Kalıcı ishal veya tekrarlayan kusması varsa,
- » Belirli bir şikayeti varsa (boğaz ağrısı, kulak ağrısı, çiş yaparken canının yanması gibi),
- » Herhangi bir dehidratasyon (sıvı kaybı) belirtisi varsa (normalden daha az çiş yapma, ağlarken gözyaşı oluşmaması, uykulu/baygın olma, normalden daha az aktif olma),
- » Kalp hastalığı, kanser gibi bilinen mevcut bir tıbbi tanısı varsa,
- » Nefes almakta zorlanıyorsa, normalden daha hızlı nefes alıyorsa veya ateş düştükten sonra hala hızlı nefes alıp vermeye devam ediyorsa,
- » 24 saat sonra hala ateş devam ediyorsa
- » Antibiyotik kullandığı halde ateşinin 3 günden uzun sürmesi

Çocuğunuz bu belirtilerden herhangi birini gösterirse acil yardım alın:

- » Sıvı almayı reddetme veya içemeyecek kadar halsiz olma
- » Durmayan ağlama, aşırı sinirlilik veya titreme
- » Halsizlik ve uyanma sorunu
- » Cildinde yeni oluşmuş morluk gibi görünen döküntü veya mor lekeler
- » Dudaklar, dil veya tırnaklarda mavileşme
- » Başındaki 'yumuşak nokta' ya da 'bingıldak' adı verilen bölgenin şişmiş veya batmış gibi görünmesi

**KONTROL SİZDE,
ECZACINIZ SİZİNLE!**

Daha fazlası için



www.teb.org.tr • www.eczacinizadanisin.info

Ateşlenen Çocuğunuzun Daha İyi Olmasına Nasıl Yardımcı Olursunuz?

- » Çocuğunuz ateşlendiğinde neler yapmanız gerektiği, hangi ilacı kullanmanın en iyi olduğu konusunda çocuğunuz ateşlenmeden başınıza gelmeden önce doktorunuzla konuşun..
- » Ateşlendiğinde çocuğunuza ince kıyafetler giydirin. Üzerini kalın yorgan battaniye ile örtmek ya da sıkı şekilde kundaklamak ateşin yükselmesine neden olur, bundan kaçının.
- » Çocuğunuzun bulunduğu odanın ne çok sıcak, ne çok soğuk olmasına dikkat edin.
- » Susuz kalmasını önlemek için bol miktarda sıvı verin; çünkü yüksek ateş çocukların sıvıyı normalden daha hızlı kaybetmesine neden olur.
- » Çocuğunuzun kol ve bacak eklem yerlerine ılık su ile ıslatılmış bezler koymak ateşi düşürmenize yardımcı olabilir.
- » Alkol, kolonya, sirke gibi maddelerle vücudu ovarak ateşi düşürmeye çalışmayın. Alkolün deriden emilerek zehirlenmelere neden olabilir, bu tür uygulamalar ayrıca deriden su kaybını artırabilir.
- » Hemen soğuk suya sokup ateşini düşürmeye çalışmayın. Bu uygulama ateşin çok hızlı düşmesine neden olarak vücudun savunma mekanizmasını harekete geçirir, sonrasında daha yüksek ateşe neden olabilir.
- » Ateşi olan bir çocuğu kreşe/okula göndermemek, evde bol bol dinlenmesini sağlamak uygun olacaktır. Bu bütün gün yatakta olmasını gerektirmez ama aşırı efor harcamasını gerektiren aktivitelerden kaçınmasını sağlayın.
- » Ateş düşmesi sırasında terleme olabilir; çocuğunuzun kontrol ederek terleme durumunda kıyafetlerini değiştirin.
- » Bir doktor tarafından verilmediği sürece, nadir görülen ancak ölümcül olabilecek bir hastalık olan Reye sendromu ile ilişkisi nedeniyle çocuğunuza özellikle ateşli hastalıklarda asla asetilsalisilikasit içeren bir ilaç vermeyin. Asetilsalisilikasit içeren ilaçlar hakkında bilgi almak için eczacınıza danışabilirsiniz.
- » Yüksek ateş veya havale durumunda en büyük tehlike çocuğun kusması halinde kusma içeriğinin akciğerlere kaçmasıdır. Bunu engellemek için çocuğunuzun sol yan pozisyonda yatırın ve olası bir kusma durumunda kusmuk içeriğinin ağızdan dışarı akmasını sağlayın.
- » Bazen doktorunuz reçeteye iki farklı ateş düşürücü ilaç yazabilir. Bu durum iki ilacın aynı anda alınacağı anlamına gelmez. Ateşin durumuna göre bu ilaçlar dönüşümlü olarak kullanılır. İlaçlar arasında en az 4 saat olması gerekir. İlaçlarınız hakkında en doğru bilgiyi almak için eczacınıza danışın.



**KONTROL SİZDE,
ECZACINIZ SİZİNLE!**

Daha fazlası için



www.teb.org.tr • www.eczacinizadanisin.info