



## "تب در کودکان"

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

### مراقبت در منزل :

- ✚ مایعاتی مانند آب، آبمیوه، شربت آبلیمو، دمنگه، چای، آب قند و غیره به کودک بدهید تا از کم آبی بدن او جلوگیری کنید .
- ✚ توصیه میشود که به کودک غذای سبک و ساده داده شود و از دادن غذاهای چرب و سرخ کرده پرهیز کنید .
- ✚ اگر کودک به اندازه کافی مایعات می خورد او را مجبور به خوردن غذا نکنید .
- ✚ به اطفال بزرگتر میتوانید سوپ، کمپوت سیب در آلو، و موز له شده و بیسکویت بدهید. از زمانیکه حال بچه رو به بهبود است باید کمک رژیم معمولی او را از سر بگیرید .
- ✚ کودک خود را مرتباً با آب ولرم بشویید. دقت کنید که از آب سرد برای این منظور استفاده نکنید، زیرا باعث لرز کودک، علاوه بر تب او میشود.
- ✚ دمای آب باید نزدیک به دمای بدن کودک باشد .
- ✚ دمای اتاق کودک خود را خنک نگه دارید .
- ✚ شراپتی را فراهم کنید تا کودک بیشتر استراحت کند. استراحت و خواب کافی سبب کاهش تب می شود .
- ✚ یک پارچه تمیز و مرطوب را بر روی پیشانی کودک قرار دهید و هر ۳۰ ثانیه یک بار آن را عوض کنید .
- ✚ کودک خود را از بچه های دیگر دور نگه دارید .
- ✚ لب های کودک تب دار خود را چرب نگه دارید. برای این کار می توانید از وازلین و یا کرم مخصوص کودکان استفاده کنید .
- ✚ هرگز از الکل و یخ برای پایین آوردن تب کودک استفاده نکنید .
- ✚ از لباس های گشاد و نخی برای کودکان مبتلا به تب استفاده کنید و از هر گونه لباس تنگ و با بستهای فلزی و پر دکمه، اجتناب کنید .
- ✚ اگر کودک شما به همراه تب، لرز هم داشت، روی او پتو بکشید ولی پس از توقف لرز پتو را بردارید .

### در صورت مشاهده علائم زیر حتماً به پزشک مراجعه نمایید :

- ✓ در صورت تب های مکرر و کنترل نشده ، تشنج ، سخت نفس کشیدن کودک و تندی نفس .
- ✓ سایر موارد اورژانسی و نگران کننده .

واحد آموزش و پیگیری بیمار

بیمارستان آیت الله علمیرادیان

شماره تلفن ۰۸۱۳۳۲۱۷۰۷۰-۷۴ داخلی ۲۴۹