



## تب و تشنج

گروه هدف: کودکان



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با نظارت آقای دکتر علی اصغر حلیمی متخصص اطفال

بازبینی بهار ۱۴۰۳

- فراموش نکنید در مواقع تب یا تشنج در مورد استفاده از داروهای خاص مانند دیاپام به صورت خوراکی یا مقعدی قبل از ترخیص از پزشک کودکان یک دستورالعمل بگیرید و مطمئن شوید روش استفاده از آن را به خوبی فرا گرفته اید.

### نکته ای در مورد مصرف داروهای تشنج:

- برخی والدین با توصیه های افراد غیر کارشناس داروهای کودک را قبل از اتمام دوره های درمانی قطع می کنند در حالی که کودک باید تا زمانی که پزشک تجویز کرده داروی ضد تشنج مصرف کند.
- هرگز نباید سرخود مقدار دارو ها را کاهش یا افزایش داد. طول درمان دارویی معمولا از شروع تا ۲ سال بعد از آخرین تشنج و بر اساس معاینه های پزشکی است. باید در دادن داروها مخصوصا شربت ها دقت کرد.
- باید توجه داشت که شربت ها رسوب می کنند و اگر خوب هم زده نشوند قسمت های پایین غلظت بیشتری دارند و مسمومیت دارویی ایجاد می کند. باید توجه داشت که تغییر میزان برخی داروها با اندازه گیری سطح خونی آنهاست بنابراین معاینه های دوره ای کودک بسیار مهم است.

منبع: در سنامه پرستاری کودکان

- بعضی از والدین هنگام تشنج کودک به خصوص در همراه بودن با تب سعی می کنند او را پاشویه کنند و یا زیر آب سرد بگیرند. به یاد داشته باشید هیچکدام از این روش ها موثر نیستند.
- بعد از توقف تشنج اگر کودکان تب داشته باشد میتوانید از شیاف استامینوفن استفاده کنید. از آنجا که تشنج ناشی از تب گاهی ناشی از علل مهم و خطرناک است و همچنین به دلیل اینکه بعضی از علل تشنج های بدون تب مثل کمبود قند و کلسیم نیاز به درمان اختصاصی دارد بلافاصله پس از بروز تشنج به اورژانس زنگ بزنید و یا کودک را سریعاً به نزدیک ترین بیمارستان برسانید و بستری کنید.

### چگونه از تکرار تشنج پیشگیری کنیم

- پس از ترخیص از بیمارستان اگر دارویی برای کودکان تجویز شده است به منظور پیشگیری از تکرار تشنج آن را همیشه و به موقع به کودکان بدهید. فراموش نکنید داروی کودک را در مهمانی یا مسافرت به همراه داشته باشید.
- اگر کودکان دچار تشنج همراه با تب بوده در سایر موارد تب (به هر علتی) درمان اولیه شما باید کاهش تب با استفاده از تب برهائی مانند استامینوفن و یا در صورت نیاز بروفن باشد. همچنین استفاده از پاشویه با آب ولرم (بدون الکل یا نمک) نیز مفید است.

## تب و تشنج

توصیه های خانگی

1. هنگامی که کودکان تب دارد لباس های اضافی را درآورید و با پتو او را نپوشانید.
2. اگر کودک ناخوش است یا دمای بدنش بالاست هر ۴ ساعت یکبار به او استامینوفن بدهید. از بروفن برای کنترل تب صرفا در کودکان بالای ۶ ماه می توان استفاده کرد. آسپرین در افراد زیر ۲۰ سال نباید استفاده شود.
3. اگر کودک داروی مسکن یا تب بر را استفراغ می کند می توانید از شیاف استامینوفن به جای داروی خوراکی استفاده کنید. می توانید از دکتر داروساز داروخانه کمک بگیرید.
4. کودک را تشویق کنید مایعات فراوانی بنوشد.
5. هر ۴ ساعت دمای بدن کودک را اندازه گیری کنید و نیز هر زمان حس می کنید تب بیشتر شده دمای بدن او را اندازه گیری کنید.

## تشنج بعد از تب

- تشنج بعد از تب ممکن است در چهار درصد بچه های ۶ ماه تا ۶ ساله پیش بیاید، والدین نباید از تشنج بترسند بلکه باید مراقب باشند. از این رو در کودکان زیر یک سال که پیشینه تشنج دارند و احتمال تکرار تشنج در آنها بیشتر است باید اقدامهای پیشگیری انجام شود و تب کودک کنترل گردد.
  - مقدار مصرف قطره استامینوفن در بچه های بزرگتر از دو ماه دو برابر وزن کودک هر ۴ ساعت یا سه برابر وزن هر ۶ ساعت و میزان مصرف شربت استامینوفن معادل نصف وزن کودک هر ۴ ساعت یکبار است.
  - بنابر این برای بچه هایی که سابقه تشنج دارند یا مستعد تشنج هستند باید موقع تب، از دارو و پاشویه استفاده شود.
- درمان:** شامل داروی ضد تب مثل استامینوفن و داروی ضد تشنج مثل دیازپام خوراکی است.
- دوز مناسب دیازپام برای یک بچه ۱۰ کیلویی سه میلی گرم در هر ۸ ساعت است و به همین نسبت بر اساس وزن کودک دیازپام کمتر یا بیشتر می شود.

## چگونه پاشویه (تن شویه) کنیم

- پاشویه با آب ولرم ( دمای ۳۲ تا ۳۵ درجه) مناسب و مفید است ولی با آب سرد ضرر دارد چون ممکن است اختلاف درجه حرارت بدن با آب موجب اختلال در خونرسانی و باعث افت فشار خون، لرز شدید، افزایش تب و مشکلات دیگر در کودک شود و عوارضی به دنبال داشته باشد.
- اضافه کردن الکل، یخ و یا نمک به آب برای پاشویه هرگز توصیه نمی شود زیرا احتمال بروز عوارض و مسمومیت دارد.
- اگر کودک تشنج کرد، خونسردی خود را حفظ کنید و یکی دو دقیقه صبر کنید چون تشنج معمولا طی یکی دو دقیقه برطرف خواهد شد. پس از آن می توانید از دیازپام داخل مقعدی که به طور آماده موجود است و یا از آمپول دیازپام استفاده کنید. در این صورت می توانید آمپول را بشکنید و محتویات آن را طبق دستور داخل تنقیه بریزید.
- آرامش خود را حفظ کرده و تا پایان تشنج کنار کودک خود بمانید و لباس های او را آزاد کنید و او را به پهلو چپ بخوابانید. در صورتی که قبلا پزشک برای کودکان دارویی به منظور استفاده در هنگام تشنج (البته فقط به صورت مقعدی) تجویز کرده آن را با آرامش بکار ببرید. نیازی نیست دندان های کودک را از هم باز کنید فقط مطمئن شوید خود زبان کودک تحت فشار نباشد.