

Тревога! У ребенка температура!



Нет ничего страшнее болезни ребенка. Когда у малыша повышается температура, встревоженная мама способна совершить необдуманные и опрометчивые поступки, руководствуясь при этом исключительно благими намерениями. В такой ситуации профессионалы должны успокоить родителей и посоветовать эффективное и безопасное средство

МЕХАНИЗМЫ ТЕРМОРЕГУЛЯЦИИ

Повышение температуры тела называют климатическим фактором неспецифической защиты организма. Этот процесс действует как катализатор, ускоряющий биохимические реакции, необходимые для интенсификации иммунного ответа. Вот почему следует не торопиться сбивать температуру, а первым делом обеспечить оптимальные условия для теплоотдачи. Тепло теряется при испарении пота и согревании вдыхаемого воздуха, поэтому температура в помещении должна быть прохладной (около 16–18 °С). Ребенка необходимо тепло одеть или укрыть одеялом, поскольку при контакте с холодом происходит спазм сосудов кожи, в результате которого замедляется кровоток, снижаются потоотделение и теплоотдача. Повышение внутренней температуры тела с одновременным спазмом сосудов кожи — очень опасная комбинация! Некоторые авторы для усиления теплоотдачи рекомендуют растирания спиртом или уксусом, однако эти токсичные вещества могут не только оставлять ожоги на нежной коже ребенка, но и проникать в кровь, тем самым усугубляя болезнь отравлением алкоголем или кислотой. Вместо растираний следует опустить ребенка в ванну с водой, температура которой приблизительно равна температуре тела (36±5 °С). Это послужит дополнительным средством, улучшающим терморегуляцию и очищающим кожу от пота с различными продуктами воспаления и метаболизма, токсинами, выводимыми через поры.

ЧТО ПИТЬ?

Чтобы потеть, организму необходимо соответствующее количество жидкости, например, чай, травяной отвар, компот или сок. Главное — чтобы ребенок согласился «это» выпить и чтобы напитки не были слишком сладкими. Разработана специальная формула терморегуляции: при повышении температуры тела выше 37 °С на каждый градус требуется дополнительное введение жидкости из расчета 10 мл на 1 кг массы тела. Наиболее распространённым природным жаропонижающим средством для детей является мед, поэтому чай с медом и лимоном будет универсальным питьем в таких случаях. Чай с малиной резко усиливает потоотделение, поэтому у ребенка уже должен быть запас жидкости в организме. Из отваров рекомендуют настои липы, крапивы, клевера, мать-и-мачехи. Можно добавлять сушеные ягоды брусники, клюквы, малины или плоды груши. Для малышек первого года жизни оптимальным напитком является отвар изюма. Главное — сбалансировать потребление жидкости и потоотделение.

ВСЕМУ ЕСТЬ ПРЕДЕЛ

Растущий организм реагирует на изменение температуры иначе, чем организм взрослого человека. У детей «термореостат» находится в процессе формирования, и тело «испытывает» свои возможности. Задача взрослых — внимательно следить за этим процессом и срочно вмешиваться в случае необходимости. Некоторые дети очень плохо переносят малейшие температурные колебания и даже при повышении температуры до 37 °С чувствуют себя ужасно, другие — даже при 39 °С ведут себя как ни в чем не бывало. Вначале нужно попробовать физиотерапевтические терморегуляционные средства, о которых говорилось выше, но при этом внимательно следить за самочувствием ребенка. Важно помнить, что при 40 °С некоторые белки начинают изменять свою структуру, что может привести к опасным последствиям для всего организма. В любом случае повышение температуры до 38,5 °С — это сигнал тревоги, после которого необходимо срочно начинать жаропонижающую терапию. И в этой ситуации без медикаментозного вмешательства никак не обойтись. Что же рекомендовать обеспокоенным родителям?

ВСЕ ЛУЧШЕЕ — ДЕТЯМ!

Фармацевтическая промышленность создала огромное количество жаропонижающих средств для детей, представленных в виде разнообразных лекарственных форм. Для удобства применения разработаны таблетки, капсулы, порошки, суспензии, сиропы, свечи. Самое главное — правильно выбрать активное вещество. Большинство специалистов останавливают свой выбор на парацетамол или ибупрофен. Механизм действия и профиль безопасности этих веществ хорошо изучены, а их эффективность широко представлена во многочисленных исследованиях и клинической практике. В частности, ибупрофен относится к нестероидным противовоспалительным средствам из группы производных пропионовой кислоты. Основной механизм действия этого вещества заключается в ингибировании биосинтеза простагландинов E и F, которые являются медиаторами боли, воспаления и температурной реакции как на центральном, так и периферическом уровне. В результате обеспечивается противовоспалительная, анальгетическая и жаропонижающая активность препарата. Кроме того, ибупрофен ингибирует агрегацию тромбоцитов и стимулирует образование эндогенного интерферона, оказывая таким образом иммуномодулирующее действие, а также улучшает показатель неспецифической резистентности организма. Это средство рекомендовано для симптоматического лечения лихорадки и боли различного генеза.

Если у ребенка высокая температура, родители должны немедленно вызвать врача! В ожидании визита специалиста необходимо оптимизировать терморегуляцию детского организма, руководствуясь вышеизложенными рекомендациями и здравым смыслом. Но если температура подбирается к опасной отметке, остановить жар можно проверенными лекарственными средствами — парацетамолом или ибупрофеном