

Horečka u dětí

Za horečku považujeme tělesnou teplotu vyšší než 38°C naměřenou v podpaží, nebo teplotu vyšší než 38,5°C naměřenou v konečnicku. Pokud je naměřená teplota v intervalu 37,0-37,9°C v podpaží (v konečnicku o 0,5°C více), mluvíme o zvýšené teplotě (subfebriliích) - v tom případě obvykle teplotu nesrážíme.

Dítě s horečkou by mělo mít klid na lůžku. Důležitý je zvýšený příjem vlažných nebo studených tekutin. Pokud dítě zvrací, podáváme studený oslazený černý čaj nebo studený rehydratační roztok po lžičkách, případně neperlivou vychlazenou minerálku. Do jídla děti nenutíme, volíme lehce stravitelná jídla. Dítě s horečkou vyžaduje trvalý dohled dospělé osoby!

Horečka ohrožuje zejména nejmenší děti nedostatkem tekutin v těle (dehydratací) a křečemi, které mohou v tomto věku při horečce vzniknout (tzv. febrilní křeče). Z tohoto důvodu horečku u dětí snižujeme postupy uvedenými níže a dbáme na dostatečný příjem tekutin.

LÉČBA HOREČKY

Ke snížení horečky využíváme fyzikálních principů nebo podáváme léky.

1. Fyzikální metody - zábaly, omývání houbou, sprchování, přikládání ledu na třísla

Tyto metody používáme pouze v případě, že má dítě teplé končetiny a má teplotu 39-40 st.C. Zábaly, omývání/sprchování neprovádíme či neopakujeme, pokud má dítě mramorovanou kůži nebo studené končetiny!

Zábaly se používají jen při dobré snášenlivosti. Voda k zábalům by měla být vlažná (ne studená), zhruba okolo 25°C. Namočený ručník nebo prostěradlo je třeba vyždímat a přiložit na hrudník a břicho nebo dítě zabalit, ale končetiny nechat volné, dítě již dále nepřikrývat. Zábal ponecháme na 10 - 15 minut, pak zábal odstraníme. Pokud horečka trvá, můžeme zábal opakovat, a to přibližně 3x během 2 hodin. Někdy používaný zábal jen rukou a nohou při horečce není efektivní na snížení teploty.

Omývání houbou je další postup doporučovaný nejčastěji u malých kojenců. Vaničku napustíme vlažnou vodou o teplotě asi 29 - 32 °C, dítě do ní posadíme a za pomoci houby omýváme trup a končetiny po dobu 10 - 30 minut, délka závisí především na komfortu dítěte (důvodem ukončení je vyvolání svalového třesu či velkého stresu dítěte). Odpařováním vody z kožního povrchu dojde k ochlazení a poklesu teploty.

Sprchování - dítě sprchujeme vlažnou vodou kolem 30 °C po dobu asi 2 minut.

Přikládání ledových kostek na třísla - přikládáme 2-3 kostky ledu v igelitovém sáčku (lépe gelové obklady) zabalené do tenké látky na třísla (+ event. na oblast klíčku). Ponecháme cca 10 minut a postup event. opakujeme.

2. Léky na snížení horečky

Léky na snížení horečky patří mezi základní vybavení lékárníčky. Pro kojence, batolata a předškoláky užíváme sirup. U kojenců a batolat používáme často čípky. Čípkovou formu léku volíme především u dětí se zvracením. Po zavedení čípku do konečníku přidržíme půlky zadečku u sebe po dobu 1-2 minut. U starších dětí vystačíme s tabletami.

Při určování dávky léku se vždy řiďte hmotností dítěte, nikoliv věkem!

Paracetamol (firemní názvy – PARALEN, PANADOL BABY)

Paracetamol podáváme v dávce 10 - 15 mg/kg a dávku, tuto dávku je možné podat až 4x denně, mezi jednotlivými dávkami dodržujeme interval aspoň 6 hodin, čili maximální celková denní dávka se pohybuje v rozmezí 40 – 60 mg/kg/den. Paracetamol je možné aplikovat v jakémkoli věku.

Nejčastěji dostupné produkty v lékárně a množství účinné látky v nich obsažené:

Paralen čípky 100 mg (vhodné pro děti od 7 kg, pro děti s menší hmotností dáváme ½ tohoto čípku)

Panadol baby čípky 125 mg (celý čípek je vhodný pro děti od 9 kg)

Panadol Junior čípky 250 mg (celý čípek je vhodný pro děti od 17 kg)

Panadol pro děti sirup - 5 ml sirupu obsahuje 120 mg paracetamolu, tj. 1ml sirupu obsahuje 24 mg paracetamolu.

Paralen tablety 500 mg (celou 1 tabletu 500 mg může již dítě s hmotností 35 kg a více)

Ibuprofen (firemní názvy – IBUPROFEN, BRUFEN, IBALGIN, NUROFEN, INFLANOR)

Dalším lékem na snížení horečky je ibuprofen. Jednotlivá dávka ibuprofenu je 5 - 10 mg/kg hmotnosti. Tuto dávku aplikujeme dle potřeby 3 - 4x denně. Ibuprofen podáváme tedy po 6 - 8 hodinách. Maximální denní dávka nepřesahuje 30 mg/kg/den. Ibuprofen můžeme podat dětem od 2 měsíců věku nebo od hmotnosti 7 kg.

Nejčastěji dostupné produkty v lékárně a množství účinné látky v nich obsažené:

Sirup 2%: Ibalgin sirup, Nurofen sirup, Brufen sirup: 100 mg ibuprofenu v 5 ml sirupu, tj. 1 ml sirupu obsahuje 20 mg ibuprofenu.

Sirup 4%: Nurofen sirup je na trhu také ve vyšší, 4% koncentraci pro školní děti: v 5 ml sirupu je pak obsaženo 200 mg ibuprofenu, tj. 1 ml obsahuje 40 mg ibuprofenu.

Nurofen pro děti čípky 60 mg - od 3měsíců a nejméně 6kg

Nurofen pro děti čípky 125 mg - od 12,5 kg

Nurofen pro děti Active – tablety 100 mg – samorozpustné tablety bez potřeby zapití vodou (vhodné cca od 5 let, pokud dítě netoleruje sirup)

Tablety 200 mg: Ibalgin, Nurofen (pro děti s hmotností od cca 25 kg, pokud dokáží spolknout tabletu)

Tablety 400 mg: Ibalgin, Brufen, Ibuprofen, Ibumax (celou tabletu mohou děti s hmotností nad 40 kg)

!! V žádném případě dětem nikdy nepodáváme kyselinu acetylsalicylovou (ACYLPYRIN, ASPIRIN, ANOPYRIN) ! Po jejím podání hrozí vážné poškození jater u dětí!!

Praktický postup léčby horečky:

Při dobré hydrataci dítěte aplikujeme optimální dávku léku (paracetamol nebo ibuprofen). Při návratu horečky dříve než za 6 hodin je možné střídat oba léky. Maximální léčba horečky pomocí léků je tedy podávání paracetamolu a ibuprofenu v dávce při horní hranici v 6 hodinových intervalech - střídáme oba léky po 3 hodinách. Při dobré snášenlivosti a spolupráci dítěte kombinujeme se zábaly, omýváním houbou či se sprchováním. Pokud nejsou přítomny známky závažného onemocnění (viz níže), teplota většinou do 2-3 dnů odezní. Při nejistotě o stavu dítěte doporučujeme vždy lékařské vyšetření.

Při návštěvě ordinace je výhodné přinést vzorek moče (ideálně ve zkumavce, seženete v lékárně, ev. ve skleničce vymyté horkou vodou). Toto vyšetření je důležité zejména u dětí s potížemi při močení a u dětí, u kterých není zvýšená teplota provázána zjevným respiračním infektem (rýma, kašel).

Kdy je horečka závažným příznakem?

- u kojenců v prvním půlroce života
- při tělesné teplotě 40°C v konečníku
- při změně chování dítěte (dítě je zmatené, nereaguje na oslovení, je špatně probuditelné)
- při změně prokrvení končetin (promodráání a chlad končetin)
- výskyt vyrážky a krvácení na kůži
- při dušnosti, poruše polykání a zvýšeném slinění
- při silných bolestech hlavy
- při výrazných bolestech břicha, opakovaném zvracení a průjmu
- při častém a bolestivém močení