

Otthoni teendők gyermekkori lázas állapot esetén
Rövid útmutató szülőknek/gondviselőknek
Országos Gyermekegészségügyi Intézet

A láz gyermekkorban

A lázas állapot általában gyorsan és problémamentesen megoldódik. A láz nem oka a betegségeknek, csupán kísérő tünete! Lázról 38°C vagy annál magasabb testhőmérséklet (végbélben mérve 38,5°C vagy annál magasabb testhőmérséklet) esetén beszélünk.

Hóinaljban mért értékek:

36-37 °C normális testhőmérséklet

37-38 °C hőemelkedés

38-39 °C mérsékelt láz

39-40,5 °C magas láz

40,5 °C felett igen magas láz

Végbélben mért értékek:

36,5-37,5 °C normális testhőmérséklet

37,5-38,5 °C hőemelkedés

38,5-39,5 °C mérsékelt láz

39,5-41 °C magas láz

41 °C felett igen magas láz

Mikor forduljunk láz esetén feltétlenül orvoshoz?

Ha mégsem következik be hamarosan a várt javulás (esetleg állapotromlás észlelhető), az akár komoly betegség vagy fertőzés jele is lehet, ilyenkor feltétlenül orvoshoz kell fordulni

Sokszor még a kezelőorvoshoz fordulás előtt célszerű lehet a lázcsillapítás megkezdése, ami az orvosi vizsgálatot is megkönnyítheti. Fokozatosan romló általános állapot esetén azonban késlekedés nélkül orvoshoz kell fordulni!

3 hónaposnál fiatalabb csecsemő 38°C-os vagy ennél magasabb láza illetve

3-6 hónapos csecsemő 39 °C –os vagy ennél magasabb láza *általában* kórházi kivizsgálást indokol!

Lázcsillapítás:

A **lázcsillapító gyógyszerek** nem gyógyítják meg magát a lázt kiváltó betegséget és lázgörcs kivédésére sem alkalmazhatók. A lázcsillapító gyógyszerek(pl. paracetamol és ibuprofen tartalmú szerek) lázcsillapításra és a beteg komfortérzetének javítására szolgálnak.

Egyszerre nem adható a kétféle lázcsillapító ! Viszont ha az egyik nem segített, később adható a másik.

Lázcsillapítók adása esetén, mindig figyelmesen olvassa el a betegtájékoztatót vagy forduljon orvoshoz további információért!

Szalicilát-tartalmú lázcsillapítók adása 10 éves életkor alatt nem javasolt!

Az antibiotikum nem lázcsillapító, annak adása csak orvosi utasításra kezdhető meg.

A fizikális lázcsillapítás (borogatás, hűtőfürdő) kellő elővigyázatosság nélkül sokszor kellemetlen lehet .

Ugyanakkor a kíméletes, óvatosan alkalmazott fizikális hűtés magas láz esetén gyógyszeres lázcsillapítással kombináltan hatásos lehet.

Kiméletes fizikális lázcsillapítás: Az aktuális testhőmérsékletű (nem hideg!) fürdővizet, lassan, óvatosan hűtjük, amíg nem kellemetlen . 31° C alá ilyenkor se hűtsük a vizet! Gyakran kavargassuk, és a kellemesen langyos vízzel locsolgassuk a gyermek testét. Ne folytassuk a hűtést, ha a testhőmérséklet már 38 °C -ra csökkent!

Soha ne alkalmazzunk jéghideg vizet!

Soha ne hagyjuk egyedül a lázas gyermeket a fürdőkádban!

Kékülés, didergés, vacogás esetén a borogatást abba kell hagyni illetve a gyermeket ki kell venni a kádból.

Töröljük szárazra a beteg testét és egy ideig hagyjuk kitarva.

Betakaráskor kerüljük a vastag takarókat!

Egyéb tanácsok:

- Ügyeljen a rendszeres itatásra (szoptatott csecsemőnél az anyatej a legjobb), hogy a folyadékvesztést, kiszáradást elkerüljék
- Figyeljen a kiszáradás jeleire (száraz száj, lepedékes nyelv, könnyek hiánya, aláárkolt szemek, a fejtető szintjéhez képest besüppedt kutacs (kutacs: a kis kerek „puhaság” a csecsemő feje tetején), **kevesebb vizelet!**)
- Bízassa a gyermeket a további ivásra, ha kiszáradás jeleit észleli. Probléma esetén kérjen újra tanácsot szakembertől!
- Hogyan különítheti el a bőrkiütéseket a bőrvérzésektől a gyermek testén üvegpohár teszttel*?
- Ne alkalmazzunk hideg/jeges fürdőt/lepedőbe csavarást!
- **Ha a láz oka nem ismert, antibiotikumot nem helyes adni! Utóbbi csakis orvosi utasításra szabad alkalmazni.**
- Közösségbe ne menjen lázas beteg!
- Ne öltöztessük alul/túl a gyermekeket!

*üvegpohár teszt

Szorítson finoman egy üvegpoharat a kérdéses bőrfelülethez - ha a poháron keresztül nézve a bőrjelenség nem halványodik el, akkor nagy valószínűséggel bőrvérzésről van szó - **hailyet észlel, azonnal forduljon orvoshoz!**

További azonnali segítség kérése szükséges ha:

- Ha a gyermeknél az üvegpohár teszttel nem halványodó **bőrvérzést** észlel, bármikor a betegség során
- a gyermek görcsöl
- A gyermek aluszékonysága fokozódik vagy nem ébreszthető
- A gyermeknél a kiszáradás tüneteit észleli akár itatás ellenére is
- Újabb szokatlan tünetek jelentkeznek
- A gyermek általános állapota rosszabbodik
- A láz több mint 3 napja tart
- Ha nem megoldott az otthoni gyermekápolás

Lázgörcs: A lázgörcs a 6 hónapos-6 éves gyermekek legalább 3%-ában jelentkezhet láz kapcsán

Teendők lázgörcs esetén:

- Maradjon nyugodt
- Ha lehet jegyezze fel a görcs kezdetét és végét!
- Maradjon a gyermek mellett,
- Fordítsa a gyermeket oldalára
- Távolítson el minden veszélyes tárgyat a gyermek közeléből pl. éles sarkú bútorokat
- Helyezzen a gyermek feje alá puha alátétet, nehogy beüsse a fejét a padlóba
- Ne adjon szájon át semmit a gyermeknek
- Konzultáljon orvossal

Mentő azonnali hívása indokolt, ha a görcs

- 5 percnél tovább tart illetve
- Ha gyermeke közben vízben volt és ezalatt nehézlégzése alakult ki
- Ha fejsérülést szenvedett a gyermek
- Ha a gyermek légzése a görcs után nem rendeződik vagy ha ajkai továbbra is kékek maradnak

Orvosi vizsgálat indokolt továbbá, ha a görcs

- Gyermeke első görcse
- Ha bizonytalan annak megítélésében, rendeződött -e gyermeke állapota a görcs elmúltával

Jegyezze föl!

Gyermekorvosi ügyelet elérhetősége:

Cím:

Telefon: