الحمّـَى عند الأطفال

الحمّى هي ارتفاع في درجة الحرارة، وعموماً أي ارتفاع في درجة الحرارة عند الأطفال، يفوق 37.75 درجة مئوية، يُعتبر حمّى.

قد يكون ارتفاع حرارة الطفل مَدْعاة للقلق والهَلع لدى الوالدين. لهذا، فإنّ أفضل طريقة للتأكد من درجة حرارة الطفل، هي قياس حرارته باستعمال المحرار (ميزان الحرارة).

أسباب:

يكون السبب وراء أغلب حالات الحمّى هو الالتهابات أو أمراض أخرى. فالحمى تساعد الجسم على مكافحة الالتهابات، وتدعم الجهاز المناعي (وهو الجهاز الطبيعي الذي يقوم بالدفاع عن الجسم ضد كل الالتهابات والأجسام الدخيلة). كما أنّ رفع درجة حرارة الجسم يجعل من الصعب على البكتيريا والفيروسات التي تسبب الالتهابات، أن تعيش وتتكاثر داخل الجسم. ومن العوامل الشائعة التي يمكن أن تسبّب الحمّى نذكر:

- نزلة البرد.
- التهابات الأذن.
- فيروس الروزيولا (فيروس يسبب حرارة وحكّة).
- التهاب اللوزتين.

- التهابات الكلية والمسالك البولية.

- الأمراض الشائعة لدى الأطفال مثل الحصبة والجدري والدفتيريا..

كما يمكن أن ترتفع درجة حرارة طفلك الرضيع، أثناء ظهور أسنانه الأولى، وأيضاً بعد تلقيح يتلقّاهُ، إو إذا سخن جسم الطفل بسبب ارتدائه طبقات من الملابس الثقيلة.

وقد يكون ارتفاع درجة الحرارة في بعض الحالات، جرس إنذار يدق للتنبيه لوجود حالة خطيرة، لكنه في الأغلب يدل على أنّ الجسم يعمل بالطريقة التي يفترض أن يعمل بها للتغلب على التهاب ما.

متى ينبغي الذهاب إلى الطبيب؟

يتوجّب عليك أخذ الطفل إلى الطبيب فوراً، إذا ارتفعت حرارته في الحالات التالية:

- تعتقد أنّ الطفل في حاجة إلى الرعاية الطبّية.

- يبلغ الطفل من العمر أقل من ثلاثة أشهر مع حرارة شرجيّة تساوي أو أعلى من 38 درجة مئويّة.

- سن الطفل ما بين ستة أشهر وسنة واحدة، ولديه حرارة مرتفعة لدرجة 38 فاصلة ثلاثة أو أكثر، واستمرت أكثر من يوم واحد.

- سن الطفل ما بين ستة أشهر وسنة، وحرارته نحو 39 أو أكثر، واستمرت أكثر من يوم واحد.

- سن الطفل ما بين سنة وسنتين، ويعاني ارتفاعاً في درجة الحرارة، استمر أكثر من 24 ساعة.

- الطفل في أي سن، ويُعاني حرارة بلغت 40 درجة أو أكثر.

- إذا بدأت البُقعة الطريّة في أعلى جمجمة الطفل في الانتفاخ.

- إذا بدأ الطفل يتقيّأ بشكل متكرّر، أو كان يعاني إسهالاً شديداً.

- إذا ظهرت لدى الطفل علامات اجتفاف الجسم، مثل عدم تبليله الحفاظات (قلة التبول)، البكاء بلا دموع، جفاف الفم من اللعاب، أو جفاف الغشاء المخاطي في الأنف.

- إذا أدّت الحمّى إلى نوبة صرع.

- إذا كانت الحمّى مصحوبة بحكة.

ما العمل؟

أقل من 4 أشهر

كيف تقيسين الحرارة؟ هناك طرق عديدة لقياس درجة الحرارة لدى الرضّع، الذين يبلغون من العمر أقل من أربعة أشهر، لكن أكثر هذه الطرق فعالية، هي التي تُجرى عن طريق الشَرج. وإذا كنت تجدين هذه الطريقة مزعجة بالنسبة إليك، فحاولي أن تقيسي الحرارة بوضع المحرار تحت الإبط. إذا كانت درجة الحرارة أعلى من 37 درجة مئوية، فأعيدي تَفحُص الحرارة باستعمال الطريقة الشرجية، للحصول على النتيجة الأكثر دقّة.

بعد قياس درجة الحرارة اتصلي بطبيب طفلك، إذا كانت حرارته أعلى من 38 درجة مئوية؟ واعلمي، أنّ إعطاء الطفل حمّاماً من الماء الفاتر، قد يساعد على تخفيض حرارة جسمه. لا تستخدمي الماء البارد أو حمّامات الثلج أو حمّام الكحول.

4 أشهر أو أكثر

كيف تقيسين الحرارة؟ بالنسبة إلى الطفل الذي يبلغ أربعة أشهر أو أكثر، والذي سبق أن أخذ تلقيحاته، استعملي الطريقة الشرجية للحصول على قراءة دقيقة لحرارة الجسم. وتَذكّري، أنّ حرارة الطفل تُعتبر مرتفعة إذا فاقت 38 درجة مئوية، كما يمكن أن تُقاس درجة الحرارة عن طريق استعمال ميزان الحرارة الخاص بالفم، وهذه الطريقة تُستعمل أكثر لدى أطفال الذين يبلغون من العمر أربع سنوات أو أكثر.

ويُعتبر الطفل مصاباً بالحمّى إذا سُجّلت لديه درجة حرارة تفوق 38 درجة. وأيضاً، يمكن قياس درجة الحرارة عن طريق الأذن، إذا كان الطفل يبلغ ستة أشهر أو أكثر، حيث يمكن استعمال محرار خاص بالأذن، يُوضع في الأذن لقراءة درجة حرارة الجسم. إلا أنّ هذه الطريقة في قياس درجة حرارة الجسم ليست دائماً فعّالة. وللحصول على طريقة أكثر دقة، يُنصح باللجوء إلى الطريقة الشرجية (استعمال ميزان الحرارة الذي يُوضع في فتحة الشرج). ووضع ميزان الحرارة تحت إبط الطفل، هي طريقة أخرى لقياس درجة الحرارة، وأي قراءة تفوق 37 ونصف درجة مئوية، فهي غالباً ما تشير إلى وجود حمّى لدى الطفل.

علاج الحمّى عند الأطفال:

إذا كانت درجة حرارة جسم الطفل أقل من 38 فاصلة 8، فأنتِ لا تحتاجين إلى علاج الحرارة، إلا إذا كان الطفل لا يشعر بارتياح، لكن احرصي على أن يشرب الطفل أكبر قدر ممكن من الماء والسوائل، وأن ينال قسطاً من الراحة.

إذا كانت درجة حرارة جسم الطفل أكبر من 38 فاصلة 8، ولكنها أقل من 40 فاصلة 5، فإن في إمكانك أن تُقدمي له الـ"اسيتامينوفين" الخاص بالأطفال، لكن بعد أن تستشيري طبيبك، حيث لا ينبغي أن تعطي طفلك أي مُخفّض للحرارة للمرة الأولى، إلا بعد استشارة الطبيب.

إعطاؤك الطفل حمّاماً بماء فاتر، يمكنه أن يساعد على تخفيض درجة حرارة جسمه، ولكن لا تستعملي الماء البارد أو حمّام الثلج أو حمام الكحول. ولا تعطي الطفل، الذي يبلغ من العمر أقل من 18 سنة، الإسبرين، وذلك تجنباً للإصابة بمرض "متلازمة راي"، وهو مرض خطير يمكن أن يصيب الدماغ. وأخيراً، اتصلي بطبيب طفلك واشرحي له الوضع، واسأليه هل من الضروري أخذ طفلك إلى عيادته أم لا.

مُتابَعة:

إذا أصيب طفلك بالحمّى، فإنّه ينبغي ألّا يعود إلى المدرسة أو إلى الحضانة، إلا بعد أن يتعافَى من المرض وتختفي الحمّى. واحرصي على الاتصال بطبيب الأطفال إذا استمرت الحمّى يومين ولم تنخفض، أو ارتفعت أكثر، أو إذا شعرت بالقلق على حال طفلكِ.