

# Teplota

- je příznak. **Není pravou nemocí, nemoc ale často provází.** Jde o způsob boje organismu s infekcí. Nebezpečná není samotná teplota, ale její výše a doba trvání.

Normální tělesná teplota je **36 - 37° C**, její hodnota se během dne mění.

## Příčiny:

- zvýšená teplota okolního prostředí
- extrémní námaha
- sportovní výkon
- infekční onemocnění
- onemocnění nervového systému, ...

## Měření teploty:

- v podpaží – je pouze orientační
- v konečníku – je přesná, od naměřené hodnoty odečteme 0,5° C

Norm t. 36° C – 37° C    Zvýš. 37° C – 37° C    Vysoká 38° C – 39° C    Velmi vys. nad 39° C

## Příznaky:

- Dítě si stěžuje, že mu není dobře
- Je bledé, je mu zima, třese se
- Je červené, má horké čelo

## Léčba:

- teplota je jedním z obranných mechanismů těla, proto nemá cenu se snažit dosáhnout normální teploty za každou cenu. **Stačí teplotu snížit na 38° C.**
- klid na lůžku po dobu teploty
- teplotu dítěte kontrolujeme v pravidelných intervalech, nejméně 3krát denně
- často a v malém množství podávat tekutiny
- léky proti teplotě (*Paralen, Panadol, Ibalgin* – tablety, čípky, sirup, řídíme se dávkováním v letáčku), pokud dítě zvrací, pak podat formou čípků  
Pro děti do tří let věku se doporučuje podat lék ve formě tekuté (sirup nebo kapky).  
Tablety nebo dražé podáváme dětem starším tří let o dbáme na zapití alespoň půlkou hrnku vlažné tekutiny, nejlépe čaje. **Dětem do 15 let nepodáváme léky obsahující kyselinu Acetylsalicylovou (Aspirin, Acylpyrin), protože bychom mohli způsobit Reyův syndrom, který může být smrtelný**
- otírání houbou namočené ve vlažné vodě

- neklesá-li teplota – **zábal končetin plenou namočenou ve studené vodě, ničím nepříkrýváme a hrudník necháme volný (pro děti snesitelnější než zábal hrudníku, kdy necháme volné končetiny). Pokud má dítě končetiny studené nebo dokonce mramorovou kůži, zábal přerušíme a konzultujeme s lékařem., studený obklad na hlavu, event. vlažná sprcha,**
- dostatek tekutin

**Celkové zábaly se dělat nesmí kvůli kolapsu organismu, pouze zábaly částečné (končetiny).**

**Hlavně u malých dětí je třeba teplotu rychle srazit, protože může dojít k febrilním křečím.**

### **Kdy volat lékaře:**

- **u dítěte v prvním půlroce života**
  - Teplota nad 39° C, která trvá déle než 24 hodin
  - Má vyšší teplotu než 39,5° C a nedaří se nám ji srazit
  - pokud se výrazně změní chování dítěte (bezdůvodně křičí, nereaguje na pohlazení, nelze jej vzbudit)
  - má chladné končetiny, popř. mramorovou kůži
  - má ztuhlou šíji
  - na kůži se objeví krvavé skvrnky
  - **má ztížený dech**
  - **sliní o odmítá cokoliv polknout**
  - **má náznaky nebo projevy křečí a vypadá velmi nemocně**
- 
- **POZOR!** Nevhodně provedená opatření mohou stav dítěte zhoršit.