

Kérdések és válaszok a lázcsillapításról

A láz nagysága nem áll mindig egyenes arányban a betegség súlyosságával.



A láz az egyik leggyakoribb panasz csecsemő- és kisgyermekkorban. Minden édesanyát aggodalommal tölt el, ha gyermeke lázas. Tudnunk kell azonban, hogy a láz nagysága nem áll mindig egyenes arányban a betegség súlyosságával. Sok esetben egy egyszerű megfázás 39 fokos lázat is kiválthat, míg egy valóban súlyos tüdőgyulladás enyhe hőemelkedéssel is kezdődhet.

Mi a láz?

Normál testhőmérsékletről 36,5-37 fok között beszélünk. 37-38 fok közötti testhőmérséklet hőemelkedést, 38 fok feletti pedig lázat jelent. Csecsemőknél és kisgyermekeknél a végbélben történő mérésnél fél fokot mindig le kell vonni, vagyis, ha popsiban 37 fokot mérünk, akkor a gyermek testhőmérséklete 36,5 fok.- magyarázza **dr. Hidvégi Edit**, a **Budai Allergiaközpont** (<http://www.allergiakozpont.hu/>) gyermekgyógyásza.

A csecsemők hőháztartása még nem tökéletes, így különösen fontos, hogy a külső hőmérsékletnek megfelelően öltöztessük őket. Esetükben már a túlóltóztatás is könnyen okozhatja a testhőmérséklet emelkedését. A láz oka azonban a leggyakrabban valamilyen fertőzés, de jelentkezhet a védőoltások utáni napokban is. A láz szervezetünk védekező reakciója, így fontos segítségünk a betegségek leküzdésében.

Hogyan mérjük?

A lázas gyermek bágyadt, arca kipirult, szemei csillognak, ajkai szárazak, repedezettek lehetnek, esetleg fázik. A tenyerünket a homlokára helyezve érezzük, a kicsi bizony lázas. Ilyenkor meg kell mérni a hőmérsékletét, de mivel és hogyan fogjunk hozzá?

Higanyos lázmérő

2009. áprilisától hazánkban olyan jogszabály lépett életbe, mely szerint tilos a higanyos lázmérők forgalmazása. A higany csupán a környezetbe kerülve okoz mérgezőes tüneteket, így veszélyt csak az jelent, ha a hőmérő véletlenül eltörik. Praktikusság szempontjából azonban mindenképp érdekesebb digitális hőmérőt választanunk.

Digitális hőmérő

Csecsemő- és kisgyermekkorban a hőmérés a végbélben történik. Ilyenkor a gyermeket a hátára fektetjük és a bekrémezett lázmérőt óvatosan tesszük a végbélbe. Az eljárás fájdalommal ugyan nem jár, de természetesen kellemetlen az egyébként is nyugós picik számára, így nagy segítség, hogy a digitális hőmérő a mérés végeztével csipogással jelez. Így elkerülhetjük, hogy a mérést –elegendő idő hiányában- esetleg újból meg kelljen ismételnünk. Nagyon fontos, hogy a gyermeket mérés közben megnyugtassuk, nehogy valamilyen sérülést okozzunk. Ezt segíti, ha hajlékony végű hőmérőt használunk.

Nagyobbacska gyermekeknél a hőmérőt tehetjük a hóna alá is. A gyermeket célszerű az öltözködésbe ültetni, így mérés közben mi is segíthetünk a hőmérőt megfelelően a helyén tartani.

Fülhőmérő

A digitális hőmérőnél valamivel költségesebb beruházás a fülhőmérő vásárlása. A fülhőmérő esetében a mérés a külső hallójáratban történik, ahol a hőmérők infravörös feje egy másodperc alatt három mérést végez, majd

a legmagasabb értéket jelzi ki. Fontos, hogy a mérés csak akkor lesz pontos, ha elsajátítjuk a megfelelő technikát. Kicsik mérésénél mindig húzzuk hátra a fülkagylót. A fülhőmérő csecsemőknek körülbelül fél éves korban használható először. Fontos tudnivaló még, hogy használata középfül-gyulladás esetén gyakran fájdalmat okoz és magasabbat mér, mint a valódi testhőmérséklet.

Folyadékkristályos lázmérő

A kicsi, hőérzékelő szalagot a gyermek homlokára helyezve olvashatjuk le az eredményt. A szalag gyors és könnyen kezelhető, de nem pontos, mert inkább a bőr, mint a test hőmérsékletét méri.

Hőmérő cumi

Látszólag egyszerű és gyors módja annak, hogy megmérjük a gyermek hőmérsékletét, azonban nem megbízható. A hőmérős cumi segítségével csak megközelítő hőmérséklet értéket kaphatunk.

Mivel csillapítjuk?

A magas láz (39 fok feletti) rendkívüli mértékben megterhelheti a szervezetet. Különösen érvényes ez a csecsemőkre. Esetükben a gyors és hatékony lázcsillapítás elengedhetetlen. Lázcsillapításra a leggyakrabban paracetamol, amidazofen vagy szalicilát (Aspirin)tartalmú *gyógyszereket* használunk, amelyek a gyógyszerárakban vény nélkül kaphatók. Lehetőleg egyszerre csak egyfajta gyógyszert adjunk a gyermeknek, mert lehet, hogy a 2 gyógyszernek eltérő a neve, de azonos a hatóanyaga. Így akár túl is adagolhatjuk a lázcsillapítót, aminek komoly következménye lehet. (pl. máj- vesekárosodás)

38 fok feletti testhőmérséklet esetén javasolt a hűtőfürdő vagy hideg vízzel történő tusolás. *Hűtőfürdőhöz* a gyermeket ültessük testhőmérsékletű (ez láz esetén 38-39 fokot jelent), mellig érő vízbe, amit folyamatosan hűtsünk le, míg langyos nem lesz, s eközben folyamatosan locsolgassuk.

38,5-39 fok között alkalmazhatunk *törzsborogatást*, 39 fok felett a teljes test borogatása javasolt.

Törzsborogatásnál a gyermek mellkasára, testborogatásnál a fej kivételével az egész testére szobahőmérsékletű, vizes borogatást tegyünk, s ezt időközönként cseréljessük, míg a testhőmérséklete nem csökken. A gyermeket betakarni nem kell ilyenkor, mert az a hőleadást akadályozza.

Mi a lázgörcs?

Lázgörcs leggyakrabban 5 év alatti gyermekeknél jelentkezik, többnyire vírusfertőzések korai tüneteiként, a testhőmérséklet emelkedésének kezdeti időszakában. A néhány percig tartó roham alatt a gyermek elveszti eszméletét, mereven néz. Végtagjai megfeszülnek, rángatóznak, majd elernyednek. Próbáljunk meg higgadtak maradni és ne essünk pánikba. Gyermeünknek azzal segíthetünk a legtöbbet, ha roham közben az oldalára fektetjük, hogy elkerüljük a félrenyelést és pontosan megfigyeljük a roham lezajlását. A kezelőorvos számára minden információ fontos lehet.

A rohamot követően érdemes mihamarabb felkeresnünk gyermekorvost, hogy kideríthessük a láz okát. Mivel lázgörcs a láz kezdeti szakaszában jelentkezik, nem lehet elégszer hangsúlyoznunk a lázmérés fontosságát. Amennyiben a láz csillapítását a fentiekben leírt módon és időben megkezdjük, a lázgörcs az esetek többségében kivédhető.

2010-11-09 09:22

Forrás: Weborvos