

Çocuklarda ateş



Ateş, bağışıklık sisteminin fiziksel strese ve patojenlere karşı koruma sağlamak için gösterdiği doğal bir tepkidir. Çocuklar, küçük çocuklar ve bebekler yetişkinlerden çok daha sık ateşlenirler. Genel olarak ateş 2-3 gün içinde kendiliğinden geçer.

Ne zaman çocuklarda ateş söz konusu olur?

- $>37,5$ °C = Yükselmiş vücut ısısı
- $>38,0$ °C = Ateş (bebeklerde)
- $>38,5$ °C = Ateş (küçük çocuklarda ve çocuklarda)
- $>39,0$ °C = Yüksek ateş

Çocuğunuzda hangi nedenlerle ateş tetiklenebilir?

- Virüs veya bakterili enfeksiyonlar.
- Aşılar.
- Çok sıcak ortam sıcaklığı veya çok kalın giysi.
- Örneğin güneş yanığı veya güneş çarpmasına yol açan güneş.
- Çocuğunuz dış çıkardığında.
- Eksik sıvı alımı.
- Cilt hastalıkları.

Ateşin aşamaları ve çocuğunuzun ateşini düşürmek için yapabileceğiniz.

Ateş genel olarak üç aşamada gerçekleşir. Bu süreç birkaç saat ile birkaç gün arası sürebilir.

1) Ateşin yükselmesi: Ateş belirli bir seviyeye kadar çıkar.

- Sık görülen semptomlar: Üşüme, titreme, soğuk ve solgun cilt.
- Önlemler: Üşüme hissi olduğunda vücudun örneğin oda sıcaklığı artırılarak, kişinin üstü örtülerek, sıcak giysiler kullanarak ve sıcak içecekler tüketerek sıcak tutulması gerekmektedir.

2) Ateşin yüksekliği: Ulaşılan sıcaklık muhafaza edilir.

- Sık görülen semptomlar: Sıcak, çok kızarmış, kuru cilt ve camısı gözlere ek olarak yorgunluk ve iştahsızlık.
- Önlemler: Yoğun bir sıcaklık hissi olduğunda rahat giysiler, kişinin üstündeki örtülerin kaldırılması, soğuk içecekler, oda sıcaklığının düşürülmesi, ceryandan kaçınarak temiz hava girişi sağlanması yardımcı olmaktadır. El sıcaklığında baldır kompresleri ateş düşürücü etkiye sahiptir ve 6 aydan büyük çocuklar için uygundur (uygulama en fazla 10-20 dakika sürmeli ve sadece bacaklar sıcakken yapılmalıdır).

3) Ateşin düşmesi: Ateş tekrar normal bir vücut ısısına düşer.

- Sık görülen semptomlar: Sıcak, terli cilt ve terleme.
- Önlemler: İhtiyaç durumuna göre nevresimleri ve giysileri değiştirin.

Genel kural olarak:

Aile hekimi muayenehaneniz şu an kapalı mı?

Genelde bir sonraki muayenehane günü aramanız yeterli olur.

Bundan emin değil misiniz? Öyleyse 1450 numaralı telefon hattından sağlık danışma ekibini arayın.

Daha fazla bilgi ve kaynak için: www.wobinichrichtig.at.



**GESUND
WERDEN.**
Wo bin ich
richtig?

- Çocuğunuz yeterince sıvı veya şekersiz çay içeli (çocuğun kilosuna göre her kilo başına 50-80 ml).
- Çocuğunuz yatakta dinlenmeli ve mümkün olduğunca çok uyumalıdır. Çocuğunuzun sakin zaman geçirmesini sağlayın.
- Rektal olarak ölçülen 38,5-39 °C'lik bir ateş söz konusuysa, ateş düşürücü ilaç kullanılması tavsiye edilmektedir. Fakat öncesinde mutlaka bir doktora danışılmalıdır.
- İçerdiği aktif bileşen Reye sendromuna neden olabileğinden dolayı çocuklara **hiçbir koşul altında Aspirin verilmemelidir!**

Ne zaman tıbbi destek alınmalıdır?

Çocuğunuzda aşağıdaki durumlar söz konusuysa, bir aile hekimine veya çocuk doktoruna başvurun:

- Bebeklik aşamasındaysa ve vücut sıcaklığı 38 °C üstündeyse.
- Yaşı ne olursa olsun, vücut sıcaklığı 39 °C üstündeyse.
- Ateşi üç günden daha uzun süredir devam ediyorsa.
- Aralıklı veya tekrarlanan şekilde ateşi varsa.
- Ateş düşürücü önlemler alınmasına rağmen ateşi devam ediyorsa.
- Çok az sıvı tüketiyorsa ve sıvı kaybı görölüyorsa.
- İlk kez bir ateşli nöbet geçiriyorsa.

Ne zaman derhal tıbbi destek alınmalıdır?

Aşağıdaki durumlarda derhal tıbbi destek alın:

Çocuğunuzun ateşi varsa VE:

- Kusuyorsa, ishali veya karın ağrısı varsa.
- Sırtı sert durumdaysa.
- Cilt döküntüleri varsa.
- Çocuğunuz çok uykuluysa ve çok zor uyandırılıyorsa.
- Çocuğunuz uzun süre boyunca görülebilir bir neden olmadan bağırıyor ve sakinleştirilemiyorsa.
- Ağır nefes darlığı çekiyorsa.

Aile hekimi muayenehaneniz ř u an kapalı mı?

Genelde bir sonraki muayenehane günü aramanız yeterli olur.

Bundan emin değil misiniz? Öyleyse 1450 numaralı telefon hattından sağlık danışma ekibini arayın.

Daha fazla bilgi ve kaynak için: www.wobinichrichtig.at.



**GESUND
WERDEN.**
Wo bin ich
richtig?