Horečnatý stav u dětí

Horečka není nemoc! Je to biologická odpověď organizmu, při které dojde k abnormálním zvýšení tělesné teploty.

Jaká je normální tělesná teplota? Fyziologickou tělesnou teplotu klasicky považujeme teplotu do 37 st. Klasicky 36,7st. Důležité je mít na paměti, že tělesná teplota během dne kolísá a je fyziologicky vyšší u malých děti do 5 let. Naměřenou teplotu musíme vždy hodnotit ve vztahu ke klinickému stavu dítěte.

- Ranní fyziologické maximum u dětí je **37,2**
- Večerní fyziologický maximum je **37,7**

Jak teplotu měříme? Možností měření teploty je několik, záleží taky na věku dítěte na klinickém stavu a na naších preferencích. Měření teploty se mění i geograficky dle zvyklostí.

- **Rektální:** v zadečku měříme teplotu u dětí do 4 let. Je třeba si uvědomit že teplota v zadečku je fyziologicky vyšší než teplota měřená v podpaždí. Proto se standardně odečítá od naměřené hodnoty 0,5st. / neplatí pro novorozence a kojence do 6. týdnů/
- **Axilární:** měření teploty v podpaždí, využíváme u spolupracujících dětí nad 4 roky věku.
- **IR teploměry:** infračervený teploměr / bezdotykový/ teploměr se dnes užívá nejvíc. Ale je třeba si uvědomit, že výsledná hodnota je pouze orientační. Klasicky měří teplotu na čele a spánkové arterie, bubínku.

Jak teplotu hodnotíme?

- **Subfebrilie:** tělesná teplota nad 37 st do 37,9, do pásmu subfebrilie může patřit i fyziologická teplota u dětí. Nevyžaduje terapii
- **Febrilie/horečka/:**tělesná teplota nad 38 st do 39,9 st vyžaduje terapii
- **Hyperpyrexie:** je závažný stav, kdy tělesná teplota stoupá nad 40-41 st. Vyžaduje okamžitou terapii

Jak teplotu léčíme?

- **Režimové opatření:** při první naměřené teplotě v pásmu subfebrilie ev febrilie do 38,5 pokud je klinicky stav dítěte dobrý volíme režimové opatření. Zvyšujeme příjem tekutin, snížíme fyzickou aktivitu.
- **Fyzikální terapie**: musíme si uvědomit, že fyzikální terapie je často spojená s nepříjemnými pocity u dítěte a při nesprávném provedení může vážně poškodit organizmus. Při nadměrném ochlazení periferie/ rukou, nohou../ se studená krev vrací do rozpáleného jádra a může vyvolat šokový stav.

- **Medikamentozní terapie:**
    - **Paracetamol:** Dávkování **10–15 mg/kg** po 6 hodinách (max. 4× denně). Lze podávat od narození.
    - **Ibuprofen:** Dávkování **5–10 mg/kg** po 8 hodinách (max. 3× denně). Lze podávat od 3 měsíců věku (a váhy nad 5–6 kg).
    - **Kyselina acetylsalicylová (Aspirin, Acylpyrin): Přísně zakázána** u dětí a mladistvých do 15–16 let kvůli riziku Reyeova syndromu.

Kdy vyhledat lékařskou pomoc?

- Je dítě **mladší než 3 měsíce** s horečkou jakéhokoliv stupně.
- Horečka **trvá déle než 72 hodin** (nebo neklesá po lécích).
- Se objeví známky dehydratace, apatie, spavost, ztuhlá šíje nebo **neblednoucí kožní výsev/skvrnky** (petechie).
- Dítě opakovaně zvrací, má obtíže s dýcháním nebo silné bolesti břicha.
- Dojde k prvním **febrilním křečím** (ztráta vědomí, záškuby těla)