



Dr. Ibrahim Al Attrach

Kinderarztpraxis

Kornmarkt 23, 45127 Essen

Tel: 0201-612 09 619

info@attrach.de

www.praxis-attrach.de

كيف تعالجين ارتفاع الحرارة لدى طفلك في المنزل؟

- لا تغطي طفلك بكثير من البطانيات أو الملابس الإضافية ، حتى لو كان يعاني من القشعريرة. قد يمنع هذا نزول الحرارة أو قد يزيداها. ألبسيه طبقة واحدة من الملابس الخفيفة و غطيه ببطانية واحدة خفيفة للنوم.
- يجب أن تكون درجة حرارة الغرفة معتدلة ، و ليست شديدة الحرارة أو شديدة البرودة.
- يساعد دواء بارسيتامول (بينورون) وإيبوبروفين (نوروفين) على خفض الحمى لدى الأطفال. في بعض الأحيان قد يخبرك طبيب الأطفال باستخدام كلا النوعين من الأدوية.
- قيسي وزن طفلك ، ثم تحققي من الجرعات و التعليمات الموجودة في نشرة الدواء.
- أعطي دواء بارسيتامول كل 6 ساعات. أعطي ايبوبروفين كل 8 ساعات.
- لا تستخدمى الإيبوبروفين في الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 6 أشهر.
- ليس من الضروري أن تزول الحمى تماما و أن تنخفض الحرارة إلى 37 درجة مئوية ، و انخفاضها بشكل جزئي (إلى ما بين 38 و 38,5) يكون عادة كافيا ، فمعظم الأطفال يشعرون بتحسن عندما تنخفض درجة حرارتهم حتى بمقدار درجة مئوية واحدة فقط.
- قد يساعد الاستحمام بماء فاتر بتخفيض الحمى ، و يكون تأثيره أفضل إذا أعطي الطفل دواء خافضا للحرارة قبل الحمام.
- لا تستخدمى الحمامات أو الكمادات الباردة أو الثلج أو التدليك بالكحول فهذه غالبا ما تسبب الرجفان و الارتعاش و تجعل شعور طفلك بأعراضه أسوأ.