

Dr Željko Čakarun: VRUĆICA (povišena tjelesna temperatura)

Normalna tjelesna temperatura je 37°C ako se mjeri aksilarno (ispod pazuha), a 37,5°C ako se mjeri rektalno (u guzi). Kod dojenčadi i manje djece potrebno je mjeriti rektalno, a kod veće djece aksilarno.

A/ Ukoliko je tjelesna temperatura **blago povišena, do 38°C aksilarno tj. do 38,5°C rektalno** u pravilu je **ne snižavamo**, jer je korisna i sastavni je dio upalne obrambene reakcije organizma na virusnu ili bakterijsku infekciju, ali dijete treba pratiti i dati mu češće piti tekućine, a možemo ga istuširati ili okupati s mlakom vodom kroz 10-15 minuta .

B/ Ako je tjelesna temperatura povišena **iznad 38°C aksilarno, odnosno 38,5°C rektalno**, potrebno je djetetu dati blagi antipiretik –**paracetamol** (Lupocet, Plicet, Panadon, Eferalgan, Panadol) u obliku sirupa ili supozitorija (čepića). Lijek će početi djelovati tek nakon pola sata, te je važno odmah **dijete kupati ili tuširati u mlakoj vodi** kroz 15-20 minuta (ne vlažiti lice ili glavu, temperatura vode oko 37°C). Nakon kupanja treba dijete osušiti i rektalno izmjeriti temperaturu. Ako je temperatura i dalje iznad 38,5°C rektalno, postupak kupanja i tuširanja treba ponavljati, sve dok se temperatura dovoljno ne snizi. Dijete neće dobiti «upalu pluća» ako se rashlađuje mlakom vodom kada ima povišenu temperaturu. Paracetamol može skinuti temperaturu za otprilike 1°C i djeluje oko 4 sata, te ga možemo po potrebi davati svakih 4-6 sati u dozi od oko 10-15 mg/kg u obliku sirupa ili supozitorija.

C/ Ako je tjelesna temperatura povišena **iznad 38,5°C aksilarno, tj. 39°C rektalno**, radi se o vrlo visokoj temperaturi. Potrebno je dati jači antipiretik **Ibuprofen** sirup ili **Voltaren** supozitorije, koji mogu temperaturu smanjiti i za 2°C. Antipiretik će djelovati tek nakon pola sata, te zato treba dijete odmah kupati ili tuširati mlakom vodom kroz 15-20 minuta. Kod ovako visoke temperature obično su ruke i noge hladne, i koža je hladna jer kroz nju krv slabije cirkulira, pa je potrebno za vrijeme kupanja ili tuširanja istovremeno dobro protrljati kožu s spužvom ili mekim ručnikom da se povrati cirkulacija kroz kožu, jer će se tek tada uspješno smanjiti temperatura. Postupak se ponavlja sve dok se temperatura ne smanji ispod 38°C aksilarno, tj. 38,5°C rektalno. Ibuprofen sirup se može davati djeci starijoj od 6 mjeseci u dozi od 10 mg/kg svakih 8 sati. Voltaren supozitoriji mogu se davati djeci starijoj od 12 mjeseci u dozi od 0,5 mg/kg svakih 8 sati.

D/ Ako je tjelesna temperatura povišena **iznad 41 °C rektalno** u dojenčeta ili vrlo malog djeteta, postoji rizik od oštećenja mozga, pa je važno temperaturu što prije spustiti, prethodno navedenim postupcima. Hitno stanje je i temperatura iznad 38,5 °C rektalno u djeteta mlađeg od 5 godina koje je već imalo **febrilne konvulzije**, a nije pod antikonvulzivnom terapijom.

