

Temperaturë apo ngritje temperature?

Mendon se fëmija është sëmurë? Atëherë matini temperaturën. Nuk ka nevojë të matni temperaturën në mënyrë të përsëritur. Bëhet fjalë për temperaturë nga 38 °C. Në këtë moment është shumë e rëndësishme të mbani parasysh moshën dhe gjendjen e përgjithshme të fëmijës. Monitoroje pra më shumë se zakonisht.

Si matet temperatura e trupit?

Mënyra më e mirë për të matur temperaturën bëhet me termometër digjital (elektronik) në anus. Vendose beben në kurriz, ngrija këmbët, mbaje mirë dhe fute me kujdes termometrin 2 cm në anus. Pak vaj bebesh apo vazelinë lehtëson këtë gjë. Pastroje dhe dezinfektoje termometrin me alkool dezinfektues 70° pas çdo përdorimi.

Cfarë bëhet në rast temperature?

- Monitoroje vazhdimisht fëmijën. Ji vigjilent për shenja që tregojnë parehati. Shiko nëse fëmija ka më pak oreks, nuk do të pijë, nëse ka hidtratim të mjaftueshëm, nëse ngjyra e lëkurës vazhdon të jetë e mirë, si merr frymë, nëse nuk qan në mënyrë ta pazakontë, nëse është aktiv apo më i qetë se zakonisht, nëse ka dhimbje diku dhe nëse është aktiv kur është zgjuar.
- Telefono menjëherë doktorin apo shërbimin e ndihmës së shpejtë nëse vë re një nga këto sinjale alarmuese:
 - o Puçrra të kuqe si në blu në lëkurë
 - o Ngjyrë të zbehtë thuaj gri
 - o Përgjumje apo vështirësi në zgjim
 - o hutim
 - o Vështirësi në frymëmarrje
- Kontakto mjekun në çdo rast nëse fëmija është më i vogël se 3 muaj dhe ka temperaturë,.
- Mund të presësh pak nëse nuk ka sinjale alarmuese dhe nëse fëmija është më shumë se 3 muaj.
- Vazhdo monitoro gjendjen e fëmijës dhe tregohu vigjilent për sinjalet serioze si në vijim:
 - o dehidratim
 - o Qarje të pazakontë
 - o Reaksion që përhapet shpejt në lëkurë.
 - o Në rast sinjalesh serioze kontakto menjëherë mjekun.
- Nëse nuk bëhet fjalë për sinjale serioze, mund ti japësh një dozë paracetamoli në formë shurupi nëse vëren shenja parehatie si për shembull qarje, më pak oreks se zakonisht, është më pak aktiv, nuk ndihet rehat apo ka dhimbje. Ndiq dozën e përcaktuar në recetë.
- Matja fëmijës temperaturën sërish pas një ore dhe vazhdo ta monitorosh. Vazhdo të ndjekësh këshillat siç u përshkruan më lart.
- Nuk duhet të presësh që sinjalet të jenë alarmuese apo serioze për të kontaktuar mjekun. Kontakto mjekun dhe nëse je e/i shqetësuar, për shembull nëse fëmija është i sëmurë po jo si zakonisht apo më shumë se zakonisht, nëse fëmija sëmuret gjithmonë e më shumë apo në rast se fëmija vazhdon të ketë temperatura edhe pas 3 ditësh.

Këshilla në rast temperature?

- Jepi fëmijës rregullisht sasi të vogla lëngjesh. Në rast se fëmija është më i vogël se 6 muajsh jepi qumësht më shumë se zakonisht. Nëse jeni duke ushqyer me gji, fëmija mund të ushqehet më shpesh. Fëmijëve më të rritur jepi më shumë ujë se zakonisht.
- Mund të nxjerrësh jashtë nëse gjendja e përgjithshme e fëmijës e lejon diçka të tillë.
- Nuk ka nevojë që fëmija të mbahet ngrohtë në rast se ka temperaturë, përveç nëse ka ftohtë.

Albanese vertaling uit het Nederlands van: 'Kernboodschappen koorts' (Kindboekje)

- Në atë rast mund ta mbështjellësh përkohësisht për ta ngrohur, fëmija do të ndihet më rehat.
- Fëmija duhet të vishet lehtë me qëllim që të ndihet rehat dhe
- Të mund të freskohet. Nuk ka nevojë për rroba apo batanije shtesë.
- Këshillohet që temperatura e dhomës të mbahet e freskët.
- Nuk këshillohet dhe nuk është e rehatshme për fëmijën që të zhvishet plotësisht, të lihet në temperaturë shumë të freskët apo në vaskë me ujë të freskët për ti ulur temperaturën.
- Mos i jep ilaçe për uljen e temperaturës pa këshillën e mjekut/fëmijëve më të vegjël se 3 muajsh.
- Përdor shurup. Përdorimi në mënyrë rektale i ilaçeve këshillohet vetëm nëse nuk ka mundësi t'ia jepni nga goja (p.sh nëse ka të vjella). Kur përdoren ilaçe në mënyrë rektale përqendrimi i ilaçit në gjak nuk shpërndahehet në mënyrë homogjene.
- Mos i jep vetë ilaçe të ndryshme për uljen e temperaturës së bashku apo njëri pas tjetrit.
- Nuk duhet ti jepi ibuprofen në rastin e lisë së dhenve.