

การดูแลเด็กเมื่อมีไข้



สาเหตุของอาการไข้

๑. การติดเชื้อ เช่น การอักเสบของทางเดินหายใจ หูชั้นกลางอักเสบ ปอดบวม ทางเดินปัสสาวะอักเสบ เป็นต้น
๒. การที่ร่างกายทำปฏิกิริยากับสิ่งแปลกปลอม เช่น หลังการฉีดวัคซีน
๓. ร่างกายขาดน้ำ เช่น อุจจาระร่วง อุณหภูมิภายนอกในร่างกายสูงมากๆ โดยเฉพาะในเด็กเล็ก
๔. ได้รับบาดเจ็บ มีบาดแผล

สาเหตุเหล่านี้จะไปกระตุ้นให้มีการหลั่งสารกระตุ้นสมองส่วนหน้าให้ตั้งระดับอุณหภูมิสูงขึ้น ร่างกายตอบสนองโดยพยายามเพิ่มอุณหภูมิและเพิ่มความร้อนจากการเพิ่มอัตราการเผาผลาญของเซลล์และการสั่นของกล้ามเนื้อ และลดการระบายความร้อนออกจากร่างกายโดยการตีบตัวของหลอดเลือดใต้ผิวหนัง ทำให้อุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นจนมีค่าเท่ากับที่ตั้งไว้ใหม่ คือ ทำให้เกิดอาการไข้

การดูแลที่สำคัญ

๑. เมื่อเด็กเริ่มมีไข้ ควรป้องกันการชักรด้วยการเช็ดตัวด้วยน้ำอุ่น
๒. ให้เด็กนอนพักในขณะที่เช็ดตัวและหลังเช็ดตัวเพื่อลดการเผาผลาญในร่างกายให้น้อยลง
๓. ใช้ปรอทวัดอุณหภูมิร่างกาย ถ้าสูงกว่า ๓๗.๕ องศาเซลเซียส หรือสัมผัสร่างกายแล้วยังร้อนจัด ควรเช็ดตัวซ้ำอีก
๔. ให้รับประทานยาลดไข้ถ้าอุณหภูมิสูงตั้งแต่ ๓๘.๕ องศาเซลเซียส ขึ้นไป
๕. พยายามให้เด็กดื่มน้ำหรือเครื่องดื่มบ่อยๆ เพื่อชดเชยการเสียน้ำจากไข้สูง และดื่มน้ำระหว่างเช็ดตัวลดไข้
๖. ให้อาหารน้อยๆแต่บ่อยครั้ง เนื่องจากเด็กเบื่ออาหาร
๗. ทำความสะอาดปากและฟันหรือจิบน้ำบ่อยๆเพื่อให้เยื่อชุ่มชื้น ช่วยระงับกลิ่นปาก ป้องกันแผลและการติดเชื้อในปาก และส่งเสริมความอยากอาหารของเด็ก
๘. ถ้าเด็กมีอาการชัก ให้จับนอนตะแคงหน้าไปข้างใดข้างหนึ่ง เพื่อให้เสมหะ น้ำมูก น้ำลายไหลได้สะดวก ป้องกัน การสำลัก ห้ามป้อนยาเด็กในขณะที่ยังมีอาการชัก และแม่เด็กจะหยุดชักแล้ว ก็ควรนำไปตรวจที่โรงพยาบาลเพราะอาจมีความผิดปกติของสมองตามมาได้

