

کد سند: PePa01/a

تاریخ تهیه: ۱۴۰۱/۱۰/۲۵

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۱/۱۱/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۲/۱۱/۰۱

تب

آموزش به بیمار



واحد آموزش به بیمار

بیمارستان امام سجاد(ع)

درمان دارویی:

- تب کمتر از ۳۹ درجه: استفاده از مسکن ها طبق دستور پزشک - نوشیدن مایعات بیشتر - استراحت
- تب شدید بیشتر از ۳۹ درجه: ضمن انجام پاشویه ارجاع فوری به پزشک انجام شود.

عوارض:

تشنج ناشی از تب: تب گاهی اوقات باعث تشنج در نوزادان و کودکان می شود. این نوع تشنج بیشتر در نوزادان و کودکان ۶ ماه تا ۷ سال شایع است. کودکی که دچار این نوع تشنج شده، ممکن است چشم خود را به یک طرف بچرخاند، بزاق از دهانش جاری شود یا استفراغ کند. اندام کودک ممکن است سفت شود و بدن او دچار حرکت یا کشش ناگهانی یا حرکت تند و سریع شود. پس از هرگونه اقدام خاصی در چنین موردی خودداری کنید و سریع فرزند خود را به اورژانس برسانید.



آدرس: مشهد، بلوار شهید آوینی (گلشهر)، شهید آوینی ۳۳، بیمارستان امام سجاد (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۲۵۹۰۱۳۳ بخش اورژانس داخلی ۱۰۷

سایت بیمارستان:

<http://sajjadhospital.com/>

روش های غیر دارویی برای پایین آوردن تب:

* **پاشویه:** به منظور پایین آوردن درجه حرارت بیمارانی که تب شدید دارند به کار می رود. بدین طریق که پاهای بیمار را درون لگن گذاشته و از زانو به پایین به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه با آب سرد یا ولرم شست و شو داده و سپس پاها را از لگن خارج ساخته و آن را خشک کرده و روی بیمار را بپوشانید. میتوان برای کاهش دمای مرکزی بدن، پارچه های کوچک مرطوب را در نواحی زیر بغل، کشاله ران و روی شکم قرار داده و آن ها را تا زمان پایین آمدن دمای بدن در جهت حرکت عقربه های ساعت به طور موقتی عوض کرد. دمای بدن را هر ۱۵ تا ۲۰ دقیقه کنترل شود و اگر دمای بدن پایین آمده بود روی بیمار پوشانده شود.



تب

تعریف: تب نشانه مبارزه بدن در برابر عوامل بیماری زا است و گاهی نیز پاسخ دمایی دستگاه ایمنی بدن نسبت به عفونت‌های داخلی تلقی می‌شود. در انسان که میانگین دمای طبیعی بدن ۳۷ درجه است، دمای برابر یا بیشتر از ۳۸ درجه تب به شمار می‌آید. تب بیش از ۴۰ درجه تهدید بزرگی برای جان انسان محسوب می‌شود.

علل شایع تب:

- * **بیماری ویروسی:** بیماری های ویروسی، شایع ترین علت تب هستند، مانند بیماری آنفلوآنزا
- * **بیماری باکتریایی:** عفونت های باکتریایی ایجادکننده تب، می توانند روی هر کدام از اندام های بدن تأثیر بگذارند.
- * **عفونت قارچی:** عفونت قارچی در هر اندامی می تواند دیده شود. برای درمان این نوع عفونت از داروهای ضدقارچ استفاده می شود.
- * **تماس با حیوانات:** برخی افرادی که با حیوانات سروکار دارند، در معرض آلودگی با باکتری های نادری هستند که باعث تب می شوند.
- * **مسافرت:** افرادی که به خارج مسافرت می کنند معمولاً در اثر مصرف غذاهای جدید، مسمومیت ها، حشرات و بیماری های قابل پیشگیری با واکسن دچار تب می شوند.

* **داروها:** برخی داروها مثل آنتی بیوتیک ها، داروهای فشارخون بالا یا داروهای ضدتشنج می توانند باعث افزایش دمای بدن شوند. تزریق برخی واکسن ها نیز باعث بروز تب در بدن می شوند. تب ناشی از دارو میتواند بلافاصله پس از استفاده از دارو یا حتی ۷ تا ۱۰ روز پس از قطع دارو اتفاق بیفتد.

* **لخته خون:** گاهی اوقات یک لخته خون می تواند در اندام های تحتانی مانند ساق پا به وجود آید و باعث ورم و دردپا شود. از نشانه های آن میتوان به تب نیز اشاره کرد.

* **تومورهای بدخیم:** سرطان هم میتواند باعث بروز تب شود. گاهی اوقات تومور مواد شیمیایی را می سازد که باعث بروز تب در خودشان می شوند. گاهی وقت ها تومور عفونت می کند.

* **عوامل محیطی:** گاهی به دلیل قرار گرفتن فرد در آب و هوای گرم و مرطوب یا انجام ورزش های سنگین و شدید، بدن بیش از حد گرم می شود و دمای آن خیلی بالا می رود.

* **بیماری التهابی:** برخی بیماری های التهابی مانند آرتریت روماتوئید (التهاب مفاصل) نیز باعث بروز تب می شوند.

علائم همراه تب:

- تعریق
- سرخ شدن گونه
- لرز
- سردرد
- درد عضلانی
- بی اشتها و کم آبی بدن
- ضعف و بی حالی
- خواب آلودگی
- بی قراری

اقدام های کلی برای کنترل تب:

- * با توجه به اینکه تب میتواند سبب از دست رفتن مایعات و کم آبی بدن شود، افراد تبار باید مقدار زیادی مایعات بنوشند.
- * چون فعالیت بدنی می تواند دمای بدن را افزایش دهد، بیمار باید استراحت کند.
- * افراد مبتلا به تب باید لباس سبک بپوشند. دمای اتاق را پایین نگه دارند و از یک پتوی سبک برای خواب استفاده کنند.