

# نکاتی درباره‌ی تب

و

## راه‌های درمان

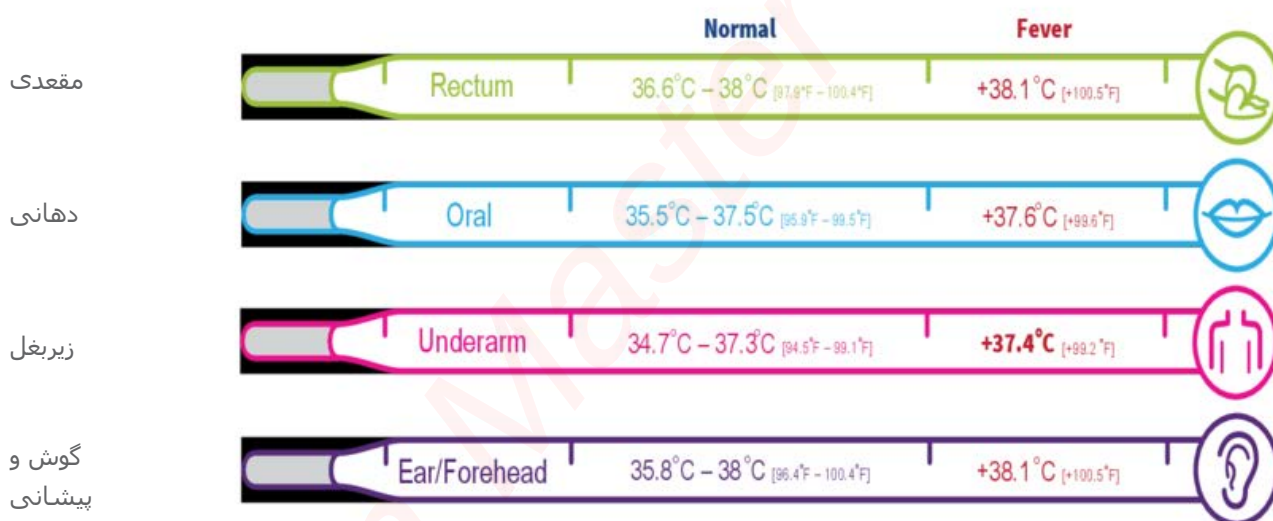


## تَب در کودکان

دکتر رضا مدرس فتحی  
دکتر علیرضا مدرس فتحی

تَب پدیده‌ی واکنشی طبیعی بدن در مقابله‌ی با عفونت‌ها و سایر عوامل بیماری‌زا می‌باشد. در حقیقت، بدن ما می‌خواهد با بالا بردن درجه‌ی حرارت، محیط را برای رشد و فعالیت ویروس یا میکروب‌ها نامساعد کند.

درجه‌ی حرارت طبیعی بدن در اطفال با بزرگسالان کمی متفاوت است. درجه‌ی حرارت طبیعی و غیر طبیعی بدن در شکل زیر مشخص شده است.



گرچه روش مقعدی از همه روش‌ها دقیق‌تر می‌باشد، در شیرخواران بزرگتر و کودکان بزرگتر می‌شود با روش‌های دیگر مثل دماسنج‌های دیجیتال داخل گوش، گیجگاهی، دهانی، زیر بغلی و غیره می‌توان میزان حرارت بدن را مشخص نمود.


هرچند استفاده از دماسنج جیوه‌ای بسیار دقیق است، به علت شیشه‌ای بودن آنها و سمیت جیوه، استفاده از این درجه‌ها منسوخ شده.

برای تعیین درجه حرارت بدن توسط دستگاه‌های دیجیتال کافی است مثلاً دماسنج را زیر بغل (و یا در داخل مقعد در موارد ضرورت) قرار دهید و سپس با شنیدن صدای بوق و مشاهده درجه دماسنج پی به حرارت بدن ببرید. قبلاً که درجه‌ی جیوه‌ای مرسوم بود باید آنرا دو تا سه دقیقه زیر بغل یا یک دقیقه داخل مقعد قرار میدادیم.

دمایی را که دماسنجهای دیجیتالی مقعدی یا داخل گوشه‌ی ویا حتی دماسنجهای جدید تماسی (برای روی ناحیه‌ی گیجگاه) نشان میدهند، همان دمای واقعی است. ولی اگر دماسنج مقعدی (یا دهانی) را برای زیربغل بگذاریم باید نیم تا ۰/۶ درجه به عددی که نشان میدهد اضافه کنیم.

توجه داشته باشید که دماسنج‌های نواری که بر روی پیشانی گذاشته می‌شود به هیچوجه دقیق نبوده و فقط دمای سطح پوست را نشان می‌دهند که چندان ارزشی ندارد و نمی‌تواند همیشه نشان دهنده‌ی میزان واقعی تب شیرخوار و کودک شما باشد.

در نوع داخل گوشه‌ی تعیین درجه حرارت طی چند ثانیه به دست می‌آید ولی چون گیرنده‌ی حرارتی نوک درجه باید مستقیماً در مقابل پرده صماخ قرار بگیرد و این امر به خاطر خمیدگی مجرای گوش در شیرخواران مشکل است، لذا استفاده از این نوع دماسنج‌ها در شیرخواران بزرگتر مناسب است. در ضمن اغلب به علت وجود مختصری جرم در مجرای گوش، درجه حرارت نشان داده شده دقیق نیست و لذا باید در شیرخواران و بچه‌های کوچک از درجه تب سنج دیجیتالی ساده استفاده کنیم تا درجه حرارت را از طریق پیشانی یا زیر بغل و داخل مقعد به طریق صحیح اندازه‌گیری نماییم.

این مدل درجه‌ها برای دهان (در بچه‌های بزرگ) یا مقعد (برای بچه‌های کوچک) طراحی شده‌اند.

اگر اینها را زیر بغل می‌گذاریم، اول اینکه دقتشان کم میشود. دوم اینکه باید نیم تا ۰/۶ به عددی که نشان میدهند اضافه کنیم.

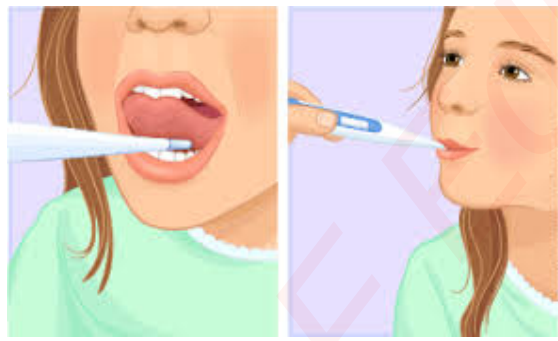
برای مثال درجه‌ی حرارت واقعی در عکس بالا ۳۷ و سه دهم (۳۷/۳) است.

ولی اگر درجه از داخل دهان یا مقعد درآمده و دارد ۳۶/۸ را نشان میدهد، دمای واقعی همان ۳۶/۸ است.

برای گرفتن درجه حرارت مقعدی، ابتدا شیرخوار را بر روی شکم یا به پشت، روی تختخواب و یا روی ران مادر قرار داده و بعد از آماده کردن دماسنج با دو انگشت ناحیه‌ی باسن را کمی باز کرده و درجه را به اندازه‌ی یک سانتیمتر داخل مقعد فرو برده و با دو انگشت باسن را نگهدارید و با دست دیگر درجه را در محل خود ثابت نگه دارید.



A rectal temperature can be taken in either of these positions.



در روش زیر زبانی درجه دیجیتالی را **در ناحیه کناری زیر زبان** برای تعیین حرارت فرد تب دار قرار دهید.

در روش زیر بغل، نوک درجه باید در **وسط ناحیه ی زیر بغل** و کاملاً چسبیده به پوست باشد، پس باید دست کودک را بگیریم تا درجه در جای درست قرار گیرد.

## چگونگی مقابله با تب در نوزادان و کودکان :

درجه‌ی اتاق بیمار را تا حدود ۲۲ درجه سانتی‌گراد کم کنید. هرگز محیط فرد تب دار را به گمان احتمال سرما خوردگی یا دلایل دیگر بالا نبرید. در صورت احساس سرما و پیدایش لرز در فرد تب دار، با پوشش بیشتر، می‌توان حرارت بدن را به طور **موقت** بالاتر برد. سپس با رفع این احساس و یا قطع لرز، مجدداً لباس‌های بیمار تب دار را کم کنید. لحاف و پتو را کمی از روی او کنار بزنید چون باعث بالا رفتن مجدد درجه‌ی حرارت بدن می‌شوند.

## استفاده از روش تن شویه :

در این روش باید پوست نقاط مختلف تن بیمار تب دار را با **آب ولرم در حدود حرارت تب**، به طور ملایم خیس کنید (توجه کنید آب ولرم باشد نه سرد و نه مخلوط با الکل).

بهترین روش این است که مادر دست خود را داخل آب ولرم کرده و به صورت نوازش، قسمت‌های مختلف تن بیمار را به آرامی از زیر لباس خیس کند به طوری که بیمار ناراحت نشود. **صورت، گردن، سینه، نواحی بالای شکم، تمام منطقه‌ی پشت و ران‌ها** نقاط مناسبی هستند که در مرحله‌ی تن شویه باید خیس شوند.

**تن شویه** را هر ده تا پانزده دقیقه یکبار می‌توانید تکرار کنید. کف دست‌ها و پاها گاهی در حین تب سرد است، از این رو شستن آنها در این مرحله صلاح نیست و لذا **پا شویه** در بچه‌ها چندان کاربرد ندارد و نمی‌تواند اقدام مؤثر و اولیه باشد. ولی برعکس، **روش تن شویه یکی از بهترین و کم‌ضررترین** راه‌های کاهش تب در شیرخواران، کودکان و بیماران در سنین مدرسه به حساب می‌آید.





## استفاده از داروهای ضد تب

### ۱- استامینوفن Acetaminophen و پاراستامول

ساده ترین داروی کاهش تب استامینوفن است. این دارو به نام‌های مختلفی در دنیا عرضه می‌شود از جمله :  
تایلنول (TYLENOL) و تمپرا (TEMPRA)، در آمریکا و کانادا.

پاراستامول در اروپا به نام‌های گَلپول، اِفرالگان، آدول (ADOL)، بُوئورون، پانادول، پانودیل، آلودُن، دولیپران ...

استامینوفن به صورت قطره، شربت، شیاف و قرص وجود دارد و معمولاً هر **چهار تا شش ساعت** توصیه می‌شود و گاهی با نظر پزشک، فواصل آن را می‌توان تغییر داد.



در یک بیمار تب دار، می‌توان هر **چهار ساعت از استامینوفن** مناسب با سن بیمار تب دار تا رساندن او به پزشک استفاده شود.

توصیه‌ی اکید می‌شود که هر بار قبل از مصرف دارو حتماً درجه حرارت بیمار را به دقت کنترل کنید، تا اگر تب او کم یا قطع شده است داروی تب بر بدون وجود تب به بیمار داده نشود. زیرا این دارو‌ها در صورت مصرف زیاد موجب مسمومیت کبدی می‌گردند.

در شدت و در مراحل اوج تب، صلاح است هر **دو ساعت** درجه بیمار را کنترل کنید تا با مشکلات تب‌های بالا (درجه حرارت حدود ۳۹ سانتی‌گراد یا ۱۰۲/۲ فارنهایت) مواجه نشده و احیاناً بیمار دچار عوارضی از جمله تشنج نگردد.

هرگز درجه تب را با دست تخمین نزنید و فقط توسط دماسنج درجه ی تب را مشخص نمایید. این امر همیشه یکی از دلایل اصلی تشنج شیرخواران و کودکان تب دار بوده است.

جدول تبدیل درجه‌ی سانتی گراد به فارنهایت

۴۰	۳۹/۵	۳۹	۳۸/۵	۳۸	۳۷/۵	۳۷	۳۶/۵	سانتیگراد C
۱۰۴	۱۰۳/۱	۱۰۲/۳	۱۰۱/۳	۱۰۰/۴	۹۹/۵	۹۸/۶	۹۷/۷	فارنهایت F

تب بالا

تب

به طور مثال ۳۶/۵ درجه سانتی گراد برابر با ۹۷/۷ درجه فارنهایت است و یا تب ۴۰ درجه سانتی گراد برابر ۱۰۴ درجه ی فارنهایت است.



میزان مصرف دارو

استفاده از شربت ایرانی استامینوفن در کودکان تب دار، به مقدار تقریبی نصف وزن به سی سی یا ml ، هر ۶-۴ ساعت روش مناسب و انتخاب اول است. به طور مثال در یک شیرخوار ۱۰ کیلوئی ۵ سی سی (۵ میلی لیتر یا ml) و در یک کودک ۱۶ کیلوئی ، ۸ سی سی شربت هر چهار ساعت داده می شود.

قبلا میگفتیم برای قطره ی استامینوفن هم وزن را در دو ضرب کنید ولی با توجه به استاندارد نبودن سوراخ سر قطره چکانها و تفاوت آن بین برندهای مختلف، بهتر است از جدول زیر استفاده شود:

وزن به کیلو	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
مقدار قطره به سی سی	۰/۵ - ۰/۶	۰/۶ - ۰/۸	۰/۷ - ۰/۹	۰/۹ - ۱/۱	۱ - ۱/۲	۱/۱ - ۱/۴	۱/۲ - ۱/۵

به عنوان مثال برای یک بچه ی ۷ تا ۸ کیلویی در تب کم، قطره ی استامینوفن به میزان ۰/۹ تا یک سی سی ( سی سی همان ml یا میلی لیتر است) و در تب بالا به میزان ۱/۱ تا ۱/۲ سی سی مجاز است.

در مواردی که پزشک تشخیص دهد، میزان دارو بر حسب نیاز بیمار زیادتیر تجویز خواهد شد. توجه داشته باشید که **استامینوفن بالقوه یک سم کبدی است** و لذا مصرف بدون نظارت آن موجب ایجاد مشکلات کبدی در بیمار می شود.

در صورتی که شیرخوار شما تب دارد و درجه ی اندازه گیری تب آنرا تایید میکند می‌توانید قبل از رسیدن به پزشک از شربت یا قطره‌ی استامینوفن به شیرخوار بدهید.

از آنجایی که شربت استامینوفن رقیق تر از قطره است، مقدار شربت زیاد تر از قطره است یعنی به بچه ی ۱۰ کیلویی پنج سی سی شربت ایرانی و فقط ۱/۲ سی سی از قطره ی ایرانی می‌دهیم، پس در بچه های کوچک و کم وزن یا بد دارو قطره می‌دهیم و در بچه های بزرگتر از شربت استفاده می‌کنیم.

دستور استفاده از شربت (نصف وزن به سی سی) یا جدول بالا در مورد قطره، در شربت و قطره های فعلی ساخت ایران استفاده دارد. مصرف شربت پانادول یا شربت کلپول بنفش و شربت های استامینوفن خارجی دیگر که محتوی ۱۲۰ میلی گرم استامینوفن در هر ۵ سی سی شربت است، مانند شربت ایرانی است. و همینطور قطره های محتوی ۱۰۰ میلیگرم در یک سی سی قطره. ولی مثلا تایلنول ۱۶۰ یا ۲۴۰ اینگونه نیست و برای آن لطفاً به جدول زیر مراجعه شود:

قطره تایلنول ۸۰	تایلنول ۱۶۰	تایلنول ۲۴۰	کلپول ۲۴۰	پانادول ۱۲۰	دولپیران ۲/۴%
۵ کیلو ۰/۸ سی سی	۵ کیلو ۲ سی سی	۱۰ کیلو ۲/۵ سی سی	۱۰ کیلو ۲/۵ سی سی	مثل شربت ایرانی	مثل شربت ایرانی
۱۰ کیلو ۱/۵ سی سی	۱۱ کیلو ۴ سی سی	۲۰ کیلو ۵ سی سی	۲۰ کیلو ۵ سی سی	مثل شربت ایرانی	مثل شربت ایرانی

#### توجه :

اثرات استامینوفن **نیم ساعت** پس از مصرف دارو شروع می شود و **بعد از دو ساعت** حداکثر اثر خود را بروز می دهد، بنابراین انتظار کاهش تب را در مدت کمتر از یکی دو ساعت نداشته باشید، و در این فاصله از **روش تن شویه** استفاده نمایید. از به کار بردن استامینوفن در فواصل کمتر از ۴ ساعت به منظور پیشگیری از عوارض سمیت کبدی آن جداً خودداری کنید.

استفاده از اشکال مختلف قطره یا شربت استامینوفن **همزمان با شیاف آن صحیح نیست**. زیرا باعث افزایش غلظت میزان دارو در خون شده و احتمال سمیت کبدی را بالا می برد. خونسردی خود را حفظ کنید و اجازه بدهید زمان لازم برای اثر دارو طی شود و همان طور که توصیه شد **از تن شویه با آب ولرم در فواصل استفاده از استامینوفن بهره بگیرید**.

توجه داشته باشید که در طول بیماری هدف از به کارگیری داروهای ضد تب، فقط و فقط سه چیز است:

- ✚ کنترل میزان تب،
- ✚ جلوگیری از افزایش بی رویه حرارت بدن بیمار،
- ✚ پیشگیری از بروز عوارض نادر تب مثل تشنج و غیره در کودک تب دار،

سعی شما در کاهش میزان حرارت بدن باشد نه قطع تب، تا مسیر بیماری بدون عارضه طی شود. درجه حرارت بدن را سعی کنید در حدود ۳۸/۵ درجه سانتیگراد (کلا زیر ۳۹) نگه دارید تا بیمار احساس آرامش بیشتری داشته باشد و از کلافه بودن او جلوگیری شود.

به یاد داشته باشیم که **هرگز قطع سریع تب مد نظر نیست چون این روش به بدن بیمار بیشتر آسیب می رساند**. بیماری باید دوره خود را طی کند و شما به کمک میزان مناسب دارو های تب بر و سایر داروهای که توسط پزشک معالج تجویز شده است بیماری را تعقیب و کنترل نموده و در عین حال بدن نیز با مکانیسم های درونی خود مسیر بهبودی را تسریع و کامل می نماید.

**تذکر مهم :** میزان تجویز استامینوفن برحسب وزن محاسبه می شود نه برحسب سن بیمار، زیرا افراد هم سن، وزن های متفاوتی دارند و طبیعی است برای دو شیرخوار هم سن، به علت اختلاف وزن، میزان متفاوتی از دارو مورد نیاز است. جدولهای سنی استامینوفن دقت کمی نسبت به جدول وزنی دارند.

بد نیست همیشه برچسب دارو را به دقت بررسی کنید تا از میزان دارو در هر میلی لیتر (سی سی) حجم آن اطلاع پیدا کنید. روی برچسب داروها همیشه قید می کنند که در یک قرص، در یک شیاف، در یک پیمانه پنج میلی لیتری شربت و بالاخره در یک سی سی قطره چقدر دارو وجود دارد و بر مبنای همین اطلاعات میزان دارو تجویز می شود. قطره های استامینوفن معمولا حاوی ۱۰۰ میلی گرم و در بعضی از انواع خارجی ۸۰ میلی گرم ماده استامینوفن در هر یک سی سی یا یک میلی لیتر هستند که با توجه به برچسب دارو می توان از میزان آن اطلاع دقیقی حاصل نمود.

مجددا یادآوری می کنیم که یک میلی لیتر برابر با یک سی سی است و میزان قطرات یک سی سی برحسب قطر دهانه ی قطره چکان محاسبه شده و بین قطره چکانهای مختلف فرق میکند.

هر شیاف اطفال استامینوفن ایرانی ( ۱۲۵ میلیگرم) تقریبا معادل ۵ سی سی شربت است . از آنجایی که ماده موثره ی هر دو (شیاف و شربت) استامینوفن است، شیاف را در مواقعی استفاده می کنیم که به هر علت، استفاده از نوع خوراکی استامینوفن مقدور نیست. استفاده ی مکرر از شیاف باعث احساس ناراحتی و سوزش مقعد شده، گاهی حتی باعث اسهال میشود.

اگر استفاده از اطلاعات بالا برای میزان استامینوفن واضح نیست، کافی است با دانستن تقریبی وزن بیمار به جدول زیر که برای شیرخواران معمولی تنظیم شده دقت نمائید. مقادیر تقریبی است، در عوض کاربردی تر و راحت تر از سایر جداول است. در شیرخواران زیر سه ماه بهتر است حتما اول پزشک او را معاینه کند، چون یافتن میزان تب و علت تب در رفع کامل آن در این سن اهمیت بیشتری دارد.

۳ ماهگی تا ۵ کیلو	۲۰ تا ۵۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = نیم سی سی از قطره استامینوفن
۴ تا ۸ ماه تا ۸ کیلو	۵۰ تا ۷۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = دو سوم یک سی سی از قطره
۸ تا ۱۲ ماه تا ۱۰/۵ کیلو	۸۰ تا ۱۰۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = یک سی سی از قطره
۱۲ تا ۱۴ ماه تا ۱۲/۵ کیلو	۱۲۰ تا ۱۴۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = یک و نیم سی سی از قطره = پنج سی سی شربت
۲ تا ۳ سالگی تا ۱۵ کیلو	۱۶۰ تا ۱۸۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = کمتر از دو سی سی از قطره = ۷/۵ سی سی از شربت
۴ تا ۵ سالگی تا ۱۷/۵ کیلو	۲۴۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = ۲/۵ سی سی از قطره = ۱۰ سی سی از شربت
۶ تا ۸ سالگی تا ۲۰ کیلو	۳۲۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = ۱۵ سی سی شربت = یک قرص بزرگسال
۹ تا ۱۰ سالگی تا ۳۰ کیلو	۴۰۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = ۱۷-۱۵ سی سی از شربت = ۱-۱/۳ قرص بزرگسال
۱۱ تا ۱۲ سالگی تا ۴۰ کیلو	۴۸۰ میلی گرم هر ۴ ساعت = ۱/۵ - ۱ قرص بزرگسال



www.nozadteb.ir

تاکید می‌کنیم شیاف را وقتی به کار ببرید که بیمار مشکل استفراغ داشته باشد و یا همکاری لازم برای خوردن نوع خوراکی را نشان ندهد. در این صورت به جای نوع خوراکی از شیاف استفاده کنید. از به کار بردن هم زمان شیاف با شربت، قطره و یا قرص حتی المقدور اجتناب نمائید. استفاده‌ی مکرر از شیاف، مخاط مقعد را می‌تواند تحریک و ناسور نماید.

شیاف را همیشه برای جلوگیری از ذوب شدن و تغییر شکل در یخچال نگهداری کنید و قبل از به کارگیری به شکل اصلی آن دقت کنید تا در اثر فشار و شل شدن تغییر فرم نداده باشد و شکل کله قندی سر شیاف حفظ شده باشد.

در موقع به کار بردن شیاف دقت کنید اطراف آن صاف و بدون تیزی یا لبه‌های برنده باشد.

در حالت عادی داخل کردن شیاف از سر باریک آن راحت تر است ولی بعد از آن باید دو طرف باسن را به هم فشار دهید تا شیاف خارج نشود.

اگر موفق نشدید، حالا شیاف را برعکس بگیرید یعنی در موقع هدایت شیاف به داخل مقعد انتهای تیز و کله قندی آن در دست شما باشد و انتهای صاف آن را که قبلاً با کمی وازلین یا ماده‌ی چرب مشابه آغشته کرده اید، به آرامی به داخل مقعد وارد نمائید تا انقباضات پی در پی عضلات مقعد بتواند شیاف را به بالای روده هدایت کند. در غیر این صورت شیاف با زور زدن و گریه‌ی کودک به طور مکرر از مقعد خارج می‌شود و شما به نتیجه مطلوب دست نخواهید یافت.



در صورتی که شیاف در مدت کمتر از پانزده دقیقه در مقعد نماند و با گریه و زور زدن و یا در مواقع اسهال دفع شود می‌توانید مجدداً برای مهار تب از شیاف دیگری استفاده کنید.



**قرص های استامینوفن بچه ها**، نوع جویدنی حاوی ۸۰ میلی گرم و در انواع دیگر حاوی ۱۶۰ میلی گرم دارو در بازار عرضه میشود. در ایران فقط نوع ۸۰ میلی گرمی ساخته و عرضه می‌شود. همیشه هم در دسترس نیستند.

قرص های بزرگسالان در انواع ۳۲۵ و ۵۰۰ میلی گرمی و در بعضی کشورها انواع قوی تر مثل قرص های ۶۵۰ میلی گرمی و حتی یک گرمی عرضه شده است.

**مصرف قرص و یا شیاف استامینوفن در دوران شیردهی مجاز می باشد.**

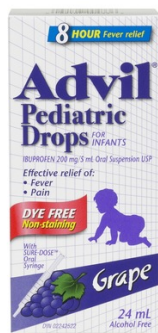
**ولی در دوران حاملگی فقط با نظر پزشک متخصص زنان از استامینوفن استفاده شود.**

**نکته ی مهم :میتوان یک تا دو ساعت قبل از تزریق واکسن سه گانه و پنج گانه از استامینوفن استفاده نمود. ولی در واکسن هپاتیت، آنفولانزا، پرونا، آبله مرغان و همینطور " ام ام آر " این کار لازم نیست.**

۲- آیبو پروفن (Ibuprofen):

دومین داروی انتخابی در کنترل تب و درد، ایبوپروفن است که در ایران به نام بروفن شناخته می شود.

این دارو به نام های تجارتي بروفن، ادویل (Advil)، موتین (Motrin)، دولورمین و نوروفن عرضه شده است که معمولاً در هر ۵ سی سی آن ۱۰۰ میلی گرم (ندرتاً ۲۰۰) داروی مؤثر وجود دارد.



این نوع  
قطره ی  
موتین  
۲۰۰  
mg  
است  
یعنی دو  
برابر  
معمول



ایبوپروفن به صورت قطره، شربت، قرص جویدنی و قرص های بزرگسالان در دنیا عرضه شده است. در ایران برای کودکان فعلاً فقط شربت بروفن وجود دارد که در هر ۵ سی سی آن ۱۰۰ میلی گرم ماده مؤثر در نظر گرفته شده است.

**موارد مصرف:** در مواردی که تب بیمار با مصرف هر چهار ساعت یک بار استامینوفن در حد لزوم کاهش پیدا نکند، می توان از بروفن به مقدار ۵ تا ۱۰ میلیگرم برای هر کیلوگرم وزن شیرخوار در هر ۶ تا ۸ ساعت **به کمک استامینوفن یا به جای استامینوفن** استفاده کرد و میزان تقریبی آن را برحسب جداول پیشنهادی به کار برد.

**میزان حدودی مصرف بروفن در تب ۳۹ یا بالاتر بر اساس وزن کودک و با نظر پزشک**

وزن کودک	۵ کیلوگرم	۷/۵ کیلوگرم	۱۰ کیلوگرم	۱۵ کیلوگرم	۲۰ کیلوگرم
با استامینوفن	۱/۵ سی سی	۲ سی سی	۲/۵ سی سی	۴ سی سی	۵ سی سی
مستقل	۲/۵ سی سی	۴ سی سی	۵ سی سی	۷/۵ سی سی	۱۰ سی سی

مصرف ایبوپروفن (بروفن) از ۶ ماهگی آزاد است ولی ترجیحاً به علت عارضه شایع آن یعنی دل درد و گاه حتی خونریزی معده، سعی میکنیم تا یکسالگی از آن کمتر استفاده کنیم. برای اینکه آنرا کم بدهیم، اگر استامینوفن نتوانست تا دو ساعت با کمک تن شویه تب را تا زیر ۳۹ بیاورد، بروفن را طبق سطر "**با استامینوفن**" که در جدول بالا آمده میدهیم. این کار را یکبار دیگر هم

میشود تکرار کرد ولی بیشتر از آن ، با هم تجویز کردن استامینوفن و بروفن مجاز نیست. لذا بعد از آن، اگر هنوز تب سرکش است و زیر ۳۹ نیاید، علاوه بر ادامه ی تن شویه بهتر است استامینوفن را قطع کنیم و بروفن را هر ۶ ساعت طبق آخرین سطر جدول ("مستقل") یعنی با مقدار بیشتر به کودک بدهیم.

**ایبوپروفن هرگز با شکم خالی مصرف نشود  
زیرا احتمال ناراحتی معده و خونریزی دستگاه  
گوارش زیادتر میشود.**

**در بیماران مبتلا به  
فاویسم و آبله مرغان  
مصرف ایبوپروفن صلاح  
نیست.**

در بعضی از افراد حساس، مصرف ایبوپروفن با ضایعات خونی، گوارشی، کبدی و نیز مشکلات تنفسی در بچه های آسماتیک همراه خواهد بود. از این رو به منظور کاهش تب در کودکان و شیرخواران، ایبوپروفن داروی مناسب و انتخاب اول به شمار نمی آید و باید در مواقع مصرف آن احتیاط لازم را مراعات نمود.

در صورت لزوم گاهی صلاح است ایبوپروفن را همراه با داروهای آنتی اسید مثل آلومینیم ام جی و یا همزمان با مصرف غذا و یا شیر به کار گرفت. در صورت وجود استفراغ ایبوپروفن را برای کاهش تب به کار نبرید.

### ۳- آسپیرین (ASA) :

از داروهای بسیار مؤثر و قدیمی کاهش درد و تب است که تقریباً همه آن را می شناسند و در سال های قبل، اولین داروی انتخابی کاهش تب و درد به شمار می آمد.

در حال حاضر این دارو در شیرخواران و کودکان، گرچه اثر خوبی در پائین آوردن سریع تب دارد داروی انتخابی نیست، زیرا بالقوه می تواند در کودکان خونریزی و زخم معده و مشکلات خونی ایجاد کند (بیشتر از بروفن) و در ایجاد برخی عوارض خطرناک بعد از تب مورد اتهام واقع شده. لذا توصیه شده است که به جز موارد خاص از این دارو به طور معمول برای کنترل تب استفاده نشود.

**مصرف آسپیرین در آبله مرغان و فاویسم  
اکیداً ممنوع است.**

### ۴- اسید مگنمیک یا پونستان (ponstan) :

این دارو نیز یک عامل قوی کاهش تب است که در بالغین و نوجوانان کاربرد دارد. دارو بصورت کپسول در ایران و نیز شربت در سایر کشورها عرضه می شود. مصرف اسید مگنمیک برای کنترل درد و تب در افراد بزرگسال مجاز است. دوز دارو یک کپسول ۲۵۰ میلی گرمی هر ۶ تا ۸ ساعت است.

### مصرف اسید مغنمیک در مادران باردار و شیرده منع شده است

#### ۵- دیکلوفناک (Diclofenac):

یکی از داروهای ضد درد و ضد تب قوی است که به صورت آمپول، شیاف و قرص در بازار وجود دارد.

مصرف دیکلوفناک برای کنترل تب در شیرخواران، کودکان و نوجوانان زیر ۱۲ سال

به علت ایجاد ضایعات کلیوی به شدت منع شده است.

#### ۶- دیازپام (Diazepam):

داروی آرام بخش و ضد تشنج است .

دiazepam به همراه استامینوفن به کار برده می شود و خود دارو اثر ضد تب ندارد. مصرف آن مختص کودکانی است که سابقه ی تشنج در اثر تب دارند. البته اگر فامیل درجه یک کودک هم سابقه تشنج با تب داشته، میشود در تب های زیاد و سرکش از دیازپام استفاده کرد.

دیازپام روی تب اثری ندارد و مصرف آن فقط به منظور جلوگیری از بروز تشنج در تب های بالا در شیرخواران و کودکان تحریک پذیر توصیه می شود.

چرا دیازپام را به همه ی بچه های تب دار نمیدهیم؟

اول اینکه بچه را گیج و خواب آلود میکند و ارزیابی حال بچه سخت میشود.

دوم اینکه خواب آلودگی ممکن است منجر به مصرف کم مایعات و مواد خوراکی منجر شود که خود در طول کشیدن تب و بیماری دخیل است.

سوم اینکه دیازپام باعث کند شدن تنفس میشود که در بچه های کوچک و در بچه هایی که به علل تنفسی تب کرده اند این مسئله گاهی خطرناک هم میشود.

**مقدار مصرف دیازپام :**

دیازپام به صورت آمپول، قرص، شیاف و شربت در بازار عرضه شده است. در شیرخواران با تب های بالا (۳۹ درجه سانتی گراد و بالاتر) می توان با راهنمایی پزشک معالج از این دارو استفاده کرد.

**در افرادی که سابقه‌ی تشنج همراه با تب را داشته‌اند، در صورت ابتلا به بیماری‌های تب دار، باید علاوه بر داروهای تب بر، از دیازپام نیز با نظر پزشک هر ۸ ساعت یکبار استفاده نمود.**

در هر پنج میلی لیتر (سی سی) از شربت دیازپام، دو میلی گرم دیازپام وجود دارد. قرص‌های دیازپام به صورت دو، پنج و ده میلی گرمی و شیاف آن هم به صورت پنج و ده میلی‌گرمی در بازار موجود است.

توجه داشته باشید که شیاف را فقط در مواردی، که مصرف خوراکی دارو قابل تحمل نباشد و یا سرعت اثر دارو مورد نظر باشد (بروز حمله‌ی تشنج) می توان به کار برد.

**دوز مصرف این دارو فقط با نظر پزشک، و برحسب سن، وزن**

**و شدت بیماری فرد تب دار تعیین می شود.**

در مبتلایان به فایسم (کمبود آنزیم G6PD) و آبله مرغان و تبخال و انواع آفت های دهان به منظور کاهش تب، ترجیحا فقط باید از داروی استامینوفن استفاده نمود.

[www.nozadteb.ir](http://www.nozadteb.ir)