

# (حمى) ارتفاع الحرارة

Autor: Francisco Javier Garrido Torrecillas. Pediatra. UGC Churriana de la Vega, Granada

Traductor: Maged Hussein Abdulrazzak. Pediatra Atención Primaria.  
Área Navalморal Mata

الكلمات الرئيسية : الحمى، و مضادات الحمى

## ما هي الحمى ؟

الحمى هي ارتفاع في درجة حرارة الجسم عندما يتجاوز الحدود التي تعتبر طبيعية . انها ليست مرضا ، بل هو عرض من أمراضٍ أخرى

تعتبر حمى إذا كانت درجة الحرارة أكثر من 38 درجة

## ما الذي يسبب الحمى ؟

السبب الأكثر شيوعا من الحمى ، خاصة عند الرضيع والأطفال هو التلوث والالتهابات . أنها عادة ما تكون العدوى فيروسية والبكتيرية أقل بكثير

الملابس الزائدة والحرارة المفرطة و الجفاف(نقص الماء في الجسم) أحيانا يسبب الحمى

ايضاً تبرز الحمى بوصفها مظهرا من مظاهر أمراض أخرى ( الأمراض الروماتيزمية ، تسمم ) ، رغم أن هذا أمر نادر جدا

## هو خطير أو معد؟

الحمى نفسها ليست معدية ، فإنها يمكن أن تكون بعض الأمراض التي تسبب الحمى معدية الفيروسية خاصة الامراض

في حد ذاتها لا ينبغي أن يعتبر علامة خطيرة ولا تسبب تلف في الدماغ

ولا درجة الحمى التي لديها استجابة أقل أو على الادوية تدل على وجود خطر

## هل توجد فائدة للحمى ؟

الحمى هي جزء من آليات الدفاع في الجسم ، وارتفاع درجة الحرارة ينشط ويزيد آليات دفاعنا و يساعدهم على القيام بعملهم على نحو أفضل

## كيفية معرفة إذا كان عندنا حمى ؟

هناك البيانات التي قد تساعدنا في وجود الحمى ، مثلاً : زيادة دقات القلب ، وزيادة التنفس ، واحمرار الجلد، و الدفاع عند الطفل . ولكن أفضل طريقة للتأكد من وجودها هو استخدام ميزان حرارة لقياسها . **لمس**

ان بيع موازين الحرارة الزئبقية حالياً محظوراً

هناك أنواع مختلفة من موازين الحرارة ، والأكثر موثوقية هي الرقمي

### **دائماً يجب ان نعالج الحمى ؟**

ليس من الضروري دائماً علاج الحمى. نتذكر أنها تشكل جزءاً من آليات الدفاع في الجسم ، يجب علينا علاجها معها إذا كانت تسبب الازعاج أو عدم الراحة أو إذا كان ارتفاع درجة الحرارة عالياً أيضاً يجب محاولة علاجها في الأطفال الذين لديهم أمراض خطيرة تؤثر على القلب والرئتين و القصبات الهوائية ، والجهاز العصبي

### **كيف نعالج الحمى ؟**

لعلاجها نستخدم مضادات الحمى. والذي يجب ان نستخدمه عادة هو "الباراسيتامول" ، شفويا أو عن طريق المستقيم . الجرعة تعتمد حسب وزن الطفل و يمكن أن نستعملها كل 4-6 ساعات ويمكن أيضاً أن تستخدم "ايبوبروفين" كل 6 إلى 8 ساعات وتعتمد كمية الجرعة على الوزن. هذا لا ينبغي أن نستخدمه في الأطفال دون سن 6 أشهر

لاينبغي استعمال مضادات الحمى بالتناوب وبشكل روتيني ، إلا في حالات محددة جداً و دائماً عن طريق وصفة طبية

تذكر يجب وضع الأدوية بعيداً عن متناول الأطفال

المضادات الحيوية لا تزيل الحمى ، و ينبغي ألا تستخدم إلا إذا كانت وصفة الاطباء

من المهم جداً أن يتناول جيداً الماء ، والتأكد من أن يشرب السوائل بشكل متكرر

### **: يجب التشاور مع طبيب الأطفال أو طبيب العائلة إذا كان عند الطفل ما يلي**

- إذا عنده ارتفاع في درجة الحرارة أكثر من 40 درجة
- عمره أقل من عامين و يعاني من الحمى لمدة بين 24-48 ساعة
- عمره أكثر من سنتين و يعاني من الحمى بين 48-72 ساعة
- بروز بقع جلدية والتي ظهرت بالتزامن مع الحمى أو في الساعات السابقة
- هو عصبي جداً ، بكاء شديد وصعوبة لتهدئته ، أو تعيس جداً (على الرغم من انخفاض الحمى)
- رفض الأطعمة والسوائل بشكل مستمر

- لا يبول أو البول قليل جدا

- أي ظرف من الظروف غريبة أو غير عادية التي تصاحب الحمى

### **: في حين وجود الحمى يجب مراقبة**

- الوضع العام : المظهر واللون ، والتنفس . مراقبة وجود بقع جلدية

وتصرفه : عنده نعاس ، عصبي جدا ، والإفراط في البكاء جدا أو متهاوي - السلوك

(- إذا كان عنده أي ألم محدد ( الحلق والأذن والصدر والبطن و الرأس

- إذا كان لديه صعوبة في تحريك وتصلب الرقبة

- إذا كان لديه صعوبة في التنفس أو تغيرات

- إذا كان البول ذات رائحة كريهة ،لون مختلف عن العادي او كمية قليلة

- إذا كان عنده تقييء مستمر أو اسهال متزايد

### **متى يجب ان نذهب إلى الطوارئ؟**

- في حالة حدوث أي من الحالات التالية ينبغي الاستشارة بسرعة ،وهذا لا يعني بالضرورة أن هذا المرض الخطير

- حمى عند الطفل أقل من 3 أشهر من العمر

- ارتفاع درجة الحرارة في الأمراض المزمنة الشديدة ( تشوه في تركيب القلب، و نقص المناعة ،  
والعلاج الكيميائي من السرطان

- تصلب الرقبة ، وصعوبة ثناء للرقبة

- بروز بقع حديثة في الجلد ذات لون أحمر داكن أو أرجواني اللون، والتي لا تختفي  
عندما تضغط على الجلد المحيطة بها

- انهيار نفسي او التهيج أو بكاء مفرط ضعيف وصعوبة في التهدئة

- حالة اغماء او فقدان الوعي نتيجة ارتجاج في المخ

- ضيق في التنفس (بروز الأضلاع وانهيار القفص الصدري وسماع الهسهسة عند التنفس ،  
(والتنفس السريع ، الخ

- تقييء بشكل وفير ومستمر

*Decálogo de la fiebre de la AEPAP.* Disponible en: <http://www.aepap.org/biblioteca/ayuda-en-la-consulta/decalogo-de-la-fiebre>

*Familia y salud: fiebre.* Disponible en: <http://www.familiaysalud.es/nos-preocupa-que/fiebre>

Kidshealth: *La fiebre y cómo tomar la temperatura de su hijo.* Disponible en:

[http://kidshealth.org/parent/h1n1\\_center/h1n1\\_center\\_esp/fever\\_esp.html](http://kidshealth.org/parent/h1n1_center/h1n1_center_esp/fever_esp.html)

*Guía de Salud proceso fiebre en la infancia, información para pacientes.* Disponible en:

[http://www.juntadeandalucia.es/salud/export/sites/csalud/galerias/documentos/c\\_6\\_c\\_7\\_guias\\_de\\_informacion\\_para\\_pacientes/guia\\_fiebre\\_infancia.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/salud/export/sites/csalud/galerias/documentos/c_6_c_7_guias_de_informacion_para_pacientes/guia_fiebre_infancia.pdf)