



## نصيحة بعد الخروج من المستشفى لمقدمي الرعاية للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 سنوات والذين يعانون من حمى سببها غير معروف

نعتقد أن طفلك في حالة جيدة بما يكفي للعودة إلى المنزل الآن، ولكن إذا كنت تشعر بالقلق أكثر من الوقت الذي طلبت فيه النصيحة سابقًا، أو كنت قلقًا عن عدم قدرتك على رعاية طفلك في المنزل، على سبيل المثال بسبب:

- تدهور صحة طفلك
  - تتتاب طفلك نوبة
  - إصابة طفلك بطفح جلدي لا يختفي مع الضغط (انظر قسم "اختبار تمبلغ")
  - استمرار الحمى لفترة أطول من 5 أيام
  - شعورك بالقلق لأن طفلك يعاني من الجفاف (انظر القسم أدناه)
- فاتصل ب NHS 24 على هذا الرقم للحصول على مزيد من النصائح ... 111 ...  
أو اصطحبهم إلى ... طبيبك العمومي ... في أسرع وقت أو اتصل  
هاتفيا في حالات الطوارئ بسيارة الإسعاف ... 999 ...

### ماذا تفعل عندما يكون طفلك يعاني من الحمى

- قدمي مشروبات منتظمة لطفلك (إذا كنت ترضعين رضاعة طبيعية فمن الأفضل حليب الأم)
- تحقق من وجود علامات على تعرض طفلك للجفاف (جفاف الفم، عدم وجود دموع، عيون غارقة، فوانيس غارقة - البقعة الناعمة على رأس الطفل). إذا لاحظت أيًا من هذه العلامات، فاطلب المزيد من النصائح (انظر القسم أعلاه).
- افحص طفلك بحثًا عن طفح جلدي وتعرف على كيفية البحث عن طفح جلدي غير ابيض (طفح جلدي لا يختفي مع الضغط)، وقد تكون ذلك علامة على مرض خطير (انظر قسم "اختبار تمبلغ")
- راقب طفلك أثناء الليل
- لا تحاول التقليل من حمى طفلك بالدواء، بل استخدم الأدوية (انظر قسم الأدوية) إذا كان طفلك يشعر بالألم أو لا يشعر بالراحة.
- احرص على إبقاء طفلك بعيدًا عن المدرسة أو الحضانة أثناء تعرضه للحمى وقم بإخبارهم بغياب طفلك.
- قم بتزويد عينة بول إذا تم طلبها، ومن الأفضل في غضون 24 ساعة



## الحمى والأدوية

الحمى هي استجابة طبيعية وصحية للعدوى ، لذلك لا تحاول التقليل من حمى طفلك من خلال الإفراط أو خلع الملابس ، أو بغطسه في الماء.

على الرغم من أنه ليس من الضروري علاج الحمى ، إلا أن هناك دوائين يمكن استخدامهما لعلاج الضيق الناجم عن الحمى والتوعك. وهما الأيبوبروفين والباراسيتامول وقد تجعل طفلك يشعر بتحسن. وإنهما بنفس الفعالية ، فلذلك يجب أن تبدأوا بأحدهما وأن تستخدموا الآخر فقط إذا لم ينجح الأول ، ولكن يجب ألا تعطي كلاهما في نفس الوقت. اقرأ التعليمات بعناية حيث أنه لهذه الأدوية نقاط قوة مختلفة ، وقد تحتويها أيضًا منتجات أخرى يبيعها الصيدلي. إذا كان لديك أي شك ، يجب عليك إخبار الصيدلي بما تستخدمه حاليًا. وعلى الرغم من أن كلاهما آمن جدًا عند استخدامه بشكل صحيح ، فقد يكونان ضارين إذا تم إعطاء جرعة كبيرة جدًا أو إذا تم إعطاءهما بكثرة

## الطفح الجلدي واختبار تمبلغ

قم بإجراء ”اختبار تمبلغ“ إذا كان طفلك يعاني من طفح جلدي. اضغط على قذح الزجاج بقوة ضد الطفح الجلدي. إذا استطعت رؤية البقع عبر الزجاج ولم تتلاشى ، فهذا يسمى ”طفح جلدي لا يتلاشى“. إذا كان هذا الطفح موجودًا ، فاطلب المشورة الطبية فورًا

إذا تلاشت البقع عند لف الزجاج ، فمن المحتمل أن الطفح الجلدي ليس خطيرًا ، ولكن استمر في الفحص ، فقد يتطور إلى طفح جلدي لا يتلاشى.

يصعب رؤية الطفح الجلدي على البشرة الداكنة ، لذا ابحث عن الطفح الجلدي في المناطق الأكثر شحوبًا ، مثل كف اليدين وباطن القدمين والبطن وداخل الجفون.

إذا كنت قلقًا من أن صحة طفلك تزداد سوءًا ، فاطلب المزيد من المشورة الطبية - لا تنتظر ظهور طفح جلدي.



(الصورة من مؤسسة أبحاث التهاب السحايا)