



Acest pliant se bazează pe îndrumările Institutului Național de Excelență în Sănătate și Îngrijire (NICE): „Febra la copiii sub 5 ani: evaluare și gestionare inițială”. (CG 160)

## Sfaturi la externare pentru îngrijitorii copiilor mai mici de 5 ani care au febră dintr-o cauză necunoscută

Credem că copilul dvs. se simte suficient de bine pentru a merge acum acasă, dar dacă starea sa ajunge să vă îngrijoreze mai mult decât înainte de a solicita consiliere sau dacă vă preocupă faptul că nu puteți avea grijă de copil acasă, de exemplu din cauză că:

- sănătatea copilului se înrăutățește
- copilul are o criză
- copilului îi apare o erupție cutanată care nu dispare la presiune (a se vedea secțiunea „testul cu paharul”)
- febra durează mai mult de 5 zile
- vă îngrijorează că copilul poate fi deshidratat (a se vedea secțiunea de mai jos)

Atunci sunați la NHS24 la numărul acesta pentru sfaturi suplimentare ...111...

**sau mergeți cu copilul la... medicul de familie...**

**cât mai curând posibil sau, în caz de urgență, sunați la serviciul de ambulanță la ...999...**

### Ce puteți face când copilul are febră

- dați-i să bea în mod regulat (dacă alăptați, atunci laptele matern este cel mai bun)
- verificați dacă există semne de deshidratare (gură uscată, lipsa lacrimilor, ochi înfundați în orbite, fontanelă adâncită – locul moale al capului bebelușului). Dacă observați oricare dintre aceste semne, solicitați sfaturi suplimentare (a se vedea secțiunea de deasupra).
- verificați dacă copilul are erupții cutanate și aflați cum să îngrijiți și să identificați o erupție care nu se estompează prin presiune deoarece acesta ar putea fi semnul unei boli grave (a se vedea secțiunea „testul cu paharul”)
- verificați copilul în timpul nopții
- nu încercați să reduceți febra copilului cu medicamente, dar folosiți medicamente (a se vedea secțiunea despre medicamente) dacă are o stare de iritabilitate sau disconfort.
- nu duceți copilul la școală sau la grădiniță atât timp cât are febră și anunțați că copilul va fi absent
- dacă vi s-a cerut probă de urină, aduceți-o preferabil în decurs de 24 de ore



Acest pliant se bazează pe îndrumările Institutului Național de Excelență în Sănătate și Îngrijire (NICE): „Febra la copiii sub 5 ani: evaluare și gestionare inițială”. (CG 160)

## Febură și medicamente

Febura este răspunsul natural și sănătos la o infecție, așadar, nu încercați să reduceți febra copilului îmbrăcându-l mai gros sau mai subțire decât normal sau făcându-i frecție cu apă.

Deși tratarea febrei nu este necesară, există două medicamente care pot fi folosite pentru tratarea stării de iritabilitate și de rău cauzate de febră. Acestea sunt ibuprofenul și paracetamolul, care pot ameliora starea copilului dvs. Acestea sunt la fel de eficiente, deci trebuie să începeți cu unul și să îl folosiți pe celălalt doar dacă primul nu a funcționat. Nu le administrați pe amândouă în același timp.

Citiți cu atenție instrucțiunile deoarece aceste medicamente au diferite doze și ar mai putea fi găsite și în alte produse vândute de farmacistul dvs. Dacă aveți vreo îndoială, spuneți-i farmacistului ce folosiți în prezent. Deși ambele sunt foarte sigure atunci când sunt administrate corect, pot deveni periculoase dacă se dau într-o doză prea mare sau prea des.

## Erupțiile cutanate și testul cu paharul



(Fotografie publicată cu permisiunea Fundației pentru Cercetarea Meningitei)

Efectuați „testul cu paharul” dacă copilul are o erupție cutanată. Apăsați paharul ferm pe erupție. Dacă puteți vedea punctele prin pahar și acestea nu dispar, erupția se cheamă „erupție care nu se estompează la presiune”. Dacă această erupție este prezentă, solicitați asistență medicală imediat.

Dacă punctele se estompează când paharul este rostogolit peste ele, probabil că erupția nu este gravă; continuați însă să verificați, întrucât aceasta se poate dezvolta într-o erupție care nu se estompează.

Erupțiile sunt mai greu de observat pe pielea de culoare mai închisă; din acest motiv, căutați erupții pe zone mai deschise ale pielii, precum palmele, tălpile, abdomenul și interiorul pleoapelor.

Dacă vă îngrijorați că sănătatea copilului dvs. se înrăutățește, solicitați sfaturi medicale suplimentare, nu așteptați apariția unei erupții.