

מצוירת האיגוד: גב' שירית בן אריה

טל: 03-9253680, פקס: shiritbn@gmail.com, 03-7608634

הורדת חום בילדים - דפי הסבר להורים¹

- **הגדרה:** חום מוגדר כעלית טמפרטורת הגוף מעל הנורמה, קלומר מעל 38 מעלות צלזוס במדידה בפי הפה. מדובר בתגובה הסתגלותית של הגוף ואין הכרח לטפל בה בכל מצב.
- **בילד ללא מחלה רקע שמצובו הכללי טוב יש לשקלול לחום מעלה 38.5 מעלות צלזוס, או כאשר הילד אינו חש בטוב והחום מפריע לילדים וכורח בתסמים כגון חוסר מנוחה, אי שקט, כאבי ראש, צמרמותות, או כאבי שרירים.**
בתינוק עד גיל 3 חודשים עם חום יש להתייעץ עם רופא.
- **מומלץ לטפל** בחום מעלה 40 מעלות, למרות שرك בחום גבוה מעלה 41 מעלות צלזוס יש סיכון לנזק. אם לילדכם נתיחה לפרכוטי חום או לאפילפסיה היועצטו עם הרופא המטפל באשר לטיפול בחום נמור מזה.
- **מדידת החום** המומלצת היא באמצעות מד חום דיגיטלי, ובشום פנים ואופן לא במד חום כספית, שכן במקרה של שבירת מד החום תיתכן הרעללה. מומלץ למדוד בפי הפה, בית השחי או בפה בהתאם לגיל הילד, מחלתו ומידת שיתוף הפעולה. במידה בבית השחי, יש להוסיף חצי מעליה לקריאת חום הגוף. בחודשים הראשונים החיים מדידה בבית השחי מדויקת כמו זו בפי הפה.
- **מד חום אינפרא אדום** למצח רפואי ויכול לשמש חילופה, אך הוא יקר יותר. מד חום אינפרא אדום לאוזן אינו מדויק בתינוקות רכים ואמין רק כאשר הוא מוחזק נכון. מדחים מוצץ ומדבקות במצב אינם מדויקים ולפיכך אינם מומליצים.
- **אמצעים להורדת חום,** כגון אמבטיות במים פושרים או רטיות לחות, הם בעלי יעילות מסוימת אך עלולים להגביר את תחושת אי הנוחות של הילד. ככל רצוי לעשות שימוש באמצעים אלה בחום מעלה 41 מעלות בלבד. הרטבות עם אלכוהול והפשטה מוחלטת אינם מומליצים.
- **התרופות** המומלצות והיעילות להורדת חום הן פראצטמול ואיבופרופן (ראה רשימה מצורפת). שתיהן יעילות וב吐חות הן במתן דרך הפה והן בפי הפה (נרות). שילוב

¹ מבוסס על הנקודות הקליניות ממועדן מאי 2014 של ועדת מטעם האיגוד הישראלי לרפואת ילדים

או מתן לסירוגין של שתי התרופותammen ייעיל מעת יותר אך קיים חשש לטעויות, ולכן אין מומלץ אלא במקרים מיוחדים ועל פי המלצה רופא. דיפירון (אופטלאגין) אינו מומלץ לטיפול שגרתי, אך ניתן להשתמש לפי שיקול רפואי. אספירין אסור בילדים צעירים מגיל 16 שנים.

תרופות להורדת חום

פראצטמול (תכשירים מסחריים: אקמול, נובימול)

מינון מומלץ: 10-15 מ"ג/ק"ג למנה.

תדריות המנות: בילדים עד גיל חדש מנה אחת כל 6-8 שעות. בילדים גדולים יותר מנה כל 4-6 שעות.

מינון מקסימלי יומי: 5 מנות (75 מ"ג/ק"ג לימהה)

סוגי התכשירים הקיימים בשוק:

- פtilות במינון 80 מ"ג, 150 מ"ג, 250 מ"ג .
- סירוף בטעם פטל, מסטיק או פירות במינון 125 מ"ג ל-5 מ"ל.
- סירוף במינון 250 מ"ג ל-5 מ"ל.
- טבליות במינון 250 מ"ג ו-500 מ"ג
- טבליות לעיסה בטעימים במינון 250 מ"ג.
- קפליות במינון 500 מ"ג.
- טיפות לבליה במינון 100 מ"ג לכל מ"ל (20 טיפות).
- גרכולות לבליה במינון 250 מ"ג ו-500 מ"ג.

איבופרופן (תכשירים מסחריים: נורופן, אדויל)

מואשר מגיל 3 חודשים ומעלה; בגיל 6-3 חודשים עם מרשם הרופא, מעל גיל 6 חודשים ללא צורך במרשם רופא.

מינון מומלץ: מגיל 3 חודשים עד 12 שנים: 5-10 מ"ג/ק"ג כל 8-6 שעות.

תדריות המנות: כל 8-6 שעות

מינון מקסימלי: 40 מ"ג/ק"ג לימהה

סוגי התכשירים הקיימים בשוק:

- טבליות במינונים 200 מ"ג ו-400 מ"ג
- קפסולות נזילות במינונים 200 מ"ג ו-400 מ"ג.
- טבליות להשפעה מהירה (נורופן בצורת מלח סודיום) במינונים 256 מ"ג ו-512 מ"ג
- תרכיף בריכוך 100 מ"ג / 5 מ"ל
- פtilות במינונים של 60 מ"ג ו-125 מ"ג