

Что делать, если у малыша температура?

Собственно говоря, а почему вообще повышается температура тела? Дело обстоит так: при попадании в организм вирусов и болезнетворных бактерий иммунные клетки начинают активную борьбу, при этом выбрасывая в кровь особые вещества – пирогены, тем самым подавая организму сигнал о необходимости «подмоги».

В ответ на этот своеобразный SOS организм повышает температуру тела, запуская в работу защитные механизмы, которые в обычном состоянии неактивны. А когда показания термометра зашкаливают за 38С^о, потребность тканей организма в питательных веществах и кислороде значительно возрастает, что увеличивает нагрузку на сердце и легкие, не говоря уже об удручающем физическом состоянии. Особенно если дело касается маленького ребенка.

Сбить или не сбить?

В этом вопросе правильный ответ очевиден – «сбивать» температуру или назначать какое-либо медикаментозное лечение можно только с одобрения врача. Во-первых, прием каких-либо жаропонижающих препаратов может осложнить постановку диагноза. Во-вторых, как уже говорилось ранее, незначительное повышение температуры – это естественная защита организма от вирусной атаки, и сбивая ее, вы, тем самым, лишаете ребенка этой защиты. И в-третьих, у маленьких детей система терморегуляции организма до конца не сформирована и температура может безо всякой причины «гулять» в интервале от 36,6 до 37,5С^о – значит, это не всегда говорит о заболевании.

Как правильно измерить температуру?

Современные электронные термометры для ребенка гораздо удобнее и безопаснее, чем ртутные (кстати, в странах Европы ртутные термометры запрещены к продаже). Они достаточно точны и дают результат уже через несколько секунд. Есть также инфракрасные термометры, которые измеряют температуру в течение нескольких секунд при поднесении к уху. Есть гибкие термоиндикаторы – они выпускаются в виде цветных наклеек либо в виде тонких полосок, которые необходимо на несколько секунд приложить ко лбу ребенка. Такие термометры очень удобно использовать, если малыш капризничает. Но их минус в том, что они недостаточно точны: например, многие гибкие термоиндикаторы даже не имеют шкалы – они могут показывать только ориентировочные цифры – 37, 38, 39 и т.д..

Что можно сделать до прихода врача?

Самым известным народным средством против высокой температуры является малиновый чай. Малина действительно хорошее жаропонижающее, но использовать

лучше не чай с вареньем, а отвар малиновых листьев, поскольку варенье содержит больше сахара, чем полезных веществ. Еще можно дать малышу брусничный или клюквенный морс, отвар плодов шиповника или цветков липы. А чтобы устранить дискомфорт при лихорадке, хорошо использовать охлаждающие компрессы или специальные гелевые пластыри.

Пластырь от температуры – в чем «фишка»?

Необходимо сразу отметить, что продаваемые в аптеках пластыри от температуры (EXTRAPLAST) – это не жаропонижающий препарат, «сбивающий» температуру, а скорее вспомогательное средство, которое поможет малышу легче перенести болезнь и устранить дискомфорт. Он представляет собой тонкую полоску с гелевым слоем, которая клеится на лоб ребенка. В геле содержатся натуральные эфирные масла – ментоловое, лавандовое и эвкалиптовое. Масло ментола при соприкосновении с кожей вызывает охлаждающий эффект, который, благодаря гелевой основе, длится около 6 часов, а масла лаванды и эвкалипта помогают успокоить нервную систему, снять спазмы мускулатуры и облегчить общее состояние малыша при лихорадке.

Преимущество пластырей EXTRAPLAST в том, что они не содержат лекарственные компоненты (только натуральные эфирные масла), поэтому не имеют противопоказаний и не вызывают побочных эффектов. Это делает возможным их применение при первых признаках заболевания, например, чтобы облегчить состояние малыша в ожидании врача – пластыри абсолютно безопасны и никак не повлияют на достоверность клинической картины при постановке диагноза. Кроме того, они совместимы со всеми лекарственными препаратами, поэтому могут использоваться при комплексной терапии для облегчения течения болезни.

Применять такие пластыри можно для ребенка любого возраста, однако если он младше 2-х лет, то лучше проконсультироваться с врачом. Но в любом случае желательно сначала попробовать использовать пластырь на небольшом участке кожи, чтобы убедиться, что у малыша нет аллергии на эфирные масла, входящие в состав геля.

Автор - **Что делать, если у малыша температура?(Shutterstock, didon)**

[Источник](#)