**[Якщо у малюка висока температура](http://dity.peredusim.kiev.ua/news/events/1317-jakshcho-u-maljuka-vysoka-temperatura-pamjatka-dlja-mam.html)**

[**Пам’ятка для мам**](http://dity.peredusim.kiev.ua/news/events/1317-jakshcho-u-maljuka-vysoka-temperatura-pamjatka-dlja-mam.html)

|  |
| --- |
| Висока температура у дитини завжди застає маму зненацька. Хай це не навіть не вперше і не вдруге. Але коли власна дитина стає слабенькою і горяченькою, залізає до мами на коліна і притискається до грудей, всі прийоми надання першої допомоги вивітрюються з голови. Мама починає дзвонити «знаючим людям» і судорожно ритися в медичних довідниках про здоров'я дітей. Тому краще завжди мати під рукою пам'ятку по наданню першої допомоги дитині з високою температурою.  Для нездорових (з родовою травмою, вродженими вадами серця і т д.) дітей лихоманка може бути потенційно небезпечною. У таких дітей температура не має перевищувати 38 і 5 °С. Дітям без родових травм, епілепсії, хвороб ЦНС або вад серця температуру 38,5 збивати не треба! Річ у тому, що при підвищеній температурі організм ефективніше бореться з інфекцією, тому без особливої необхідності збивати її не слід. Для зовсім маленьких дітей краще використовувати ліки в свічках, дітворі постарше можна давати препарат у вигляді сиропу. · Обов'язково викличте лікаря, щоб визначити причину підйому температури. · Якщо у дитини почалися судоми , терміново викликайте лікаря. · Помічайте все, чим супроводжується підвищення температури – нежить, кашель, блювота, пронос, біль в голові, в животі, висип і так далі. Обов'язково повідомте про ці симптоми лікаря, що прийшов. · Спробуйте укласти дитину в ліжко. Затримати її там можна мультиками, цікавою книжкою, новими іграшками. Звичайно, добре б, щоб малюк поспав, відпочив, набрався сил. Пам'ятайте — краще, щоб енергія дитячого організму прямувала на боротьбу з захворюванням, ніж на стрибання по квартирі.  · Годувати хворого малюка краще легкою їжею. Виключте з раціону на час хвороби м'ясо (особливо смажене), жирну, солодку і консервовану їжу.  · Багато поїть дитину – тоді з організму «вимиваються» токсини, що утворюються в процесі життєдіяльності вірусів. Краще всього поїти теплим чаєм з лимоном, малиною, теплим молоком з медом. Дуже корисні морси, компоти, соки, що містять вітамін С. Якщо ці напої дитина пити відмовляється, хай п'є хоч би що-небудь – мінеральну воду, відвари трав, фруктовий чай. · Обов'язково регулярно провітрювати кімнату і зволожувати в ній повітря. Температура повітря не повинна перевищувати 20-21 градуси. · Не варто обтирати дитину оцтом, спиртом або обкладати холодними грілками. Спирт дуже добре вбирається через шкіру і може викликати отруєння дитячого організму. Матеріали сайту "Діти передусім": <http://dity.peredusim.kiev.ua/news/events/1317-jakshcho-u-maljuka-vysoka-temperatura-pamjatka-dlja-mam.html> |