

Если у ребенка повышена температура¹⁻³



Создайте в помещении оптимальный микроклимат.

Воздух должен быть свежим, прохладным (18-20 градусов) и увлажненным (уровень влажности 50-60%).



Чаще предлагайте ребенку пить, чтобы избежать обезвоживания.

Объем жидкости рассчитывается в зависимости от веса ребенка: 50 мл на 1 кг в сутки. Желательно давать чистую питьевую воду, можно чай с лимоном и сахаром, компот из сухофруктов (груши, яблоки, изюм, курага) или брусничный/клюквенный морс.



Если у ребенка теплые руки и ноги, используйте физические методы охлаждения. Разденьте ребенка, оботрите водой комнатной температуры (22-25°C). Не обязательно обтирать все тело полностью. Достаточно протереть подмышки, подколенные ямки, лоб, виски, шею, локтевые сгибы. **Никогда не используйте для этих целей уксус или спиртовой раствор, вы рискуете травмировать, обжечь нежную тонкую кожу!**



Если у ребенка холодные верхние и нижние конечности, озноб, то обтирать его не нужно, наоборот, растирайте и механически согревайте кисти и стопы, наденьте носки.



Если физические методы охлаждения не помогли, можно дать ребенку жаропонижающий препарат.

После приема жаропонижающего препарата не нужно ожидать снижения t° до нормы. Даже снижение на 0,5-1 градус эффективно, если самочувствие ребенка улучшается.



При повторном повышении t° не торопитесь сразу повторно давать жаропонижающий препарат. Вначале примените физические методы охлаждения. **Важно соблюдать интервал между приемами препарата, указанный в инструкции!**



Показания для вызова неотложной помощи:

- судороги и нарушение сознания;
- сухость слизистых, отсутствие слез при плаче и мочеиспусканий;
- появление нехарактерных звуков при дыхании, затруднение или учащение вдохов;
- наличие сыпи, которая не бледнеет при нажатии;
- появление выраженной головной боли, которую не снимают лекарства;
- сохранение жара после приема лекарства;
- непрекращающаяся рвота или жидкий стул;
- острые боли в животе;
- «бледная» лихорадка (температура выше 40,4°C, пестрая, «мраморная» окраска кожи, холодные на ощупь конечности).

1. <https://hadassah.moscow/article/vysokaja-temperatura-u-rebenka-kak-snizit>, дата обращения 20.03.2025 г.

2. Таточенко В. К. Лечение острых респираторных заболеваний у детей // Лечащий врач. 2005. - Т. 7. - С. 50-5.

3. Клинические рекомендации. ОРВИ у детей, 2022.