

CONSIGLI PER LA FEBBRE

Anzitutto ricorda che la febbre non è cattiva, rappresenta una reazione di difesa dell'organismo all'attacco da parte dei microbi.

La febbre non va subito combattuta specialmente se le condizioni del bambino si mantengono buone, poichè aiuta l'organismo a guarire.

RICORDA CHE la temperatura corporea varia da persona a persona, durante l'arco della giornata (è più alta nel pomeriggio) e può essere normalmente più elevata in alcune occasioni : durante il sonno, subito dopo i pasti, dopo uno sforzo o un prolungato pianto, in caso di riscaldamento eccessivo dell'ambiente o esposizione al sole.

QUINDI la temperatura va misurata solo quando ce n'è bisogno, cioè **se il bambino sta male.**

COME SI MISURA

Sino all'età della scuola è preferibile misurarla a livello rettale.

In questo caso è necessario usare un termometro piccolo, prismatico, a bulbo arrotondato. La temperatura rettale è normale fino a 38°C. Si deve porre attenzione a non tenere il termometro in mano (possibilità di rotture!), bensì a stringere il sederino del bambino attorno ad esso.

La misurazione ascellare va effettuata usando un termometro a bulbo allungato. La temperatura ascellare è normale fino a 37.3°C.

La misurazione auricolare, che soprattutto nel bambino fino all'anno può essere difficoltosa, è normale fino a 37.5°C.

COSA FARE

Se il tuo bambino ha la febbre dedicati a lui, consolalo, gioca con lui, **osserva il suo comportamento** (questo è importantissimo per il Pediatra *anche più del valore esatto della temperatura*)

Com'è il suo pianto ? Forte, consolabile, ma attenzione se *è un gemito lamentoso, continuo e ininterrotto.*

Come risponde agli stimoli? E'vivace oppure *reagisce a stento e ha eccessiva sonnolenza.*
Ci sono altri segni di malattia? La tosse, il vomito, la diarrea, la respirazione difficoltosa, macchie sulla pelle. Cerca di capire se c'è dolore e cosa duole.
Se è piccolo controlla che la suzione sia buona.

intanto idratato, dandogli da bere acqua, thè, camomilla zuccherati, a piccoli sorsi, a piacere.

COSA NON FARE

* non **forzarlo** a mangiare

* non coprirlo troppo, *soprattutto dopo aver somministrato il farmaco per abbassare la febbre!*

* non fare spugnature fredde o tiepide : creerai solo ulteriore disagio al tuo bambino.

QUANDO LE MEDICINE

Usa farmaci che abbassano la febbre solo se essa supera 38.5 - 39 'C rettale, oppure 38 - 38.5 "C ascellare o se c'è *eccessivo malessere*.

QUANDO CONSULTARE IL PEDIATRA

CON URGENZA SE:

- *la febbre si accompagna a pianto debole, lamentoso o ininterrotto.*
- *il bambino Risponde poco agli stimoli o presenta eccessiva sonnolenza.*
- *il bambino ha meno di 3 mesi la febbre è alta e non scende con l'antipiretico.*

E' BENE COMUNQUE INFORMARLO **SE:**

- *il tuo bambino ha meno di sei mesi*

Se il tuo bambino è più grande di sei mesi e le condizioni generali sono buone, puoi attendere le prime 48 ore, somministrando eventualmente il farmaco antipiretico che il tuo Pediatra ti ha consigliato

La maggior parte degli episodi febbrili dei bambino sono piccole infezioni di

natura virale che guariscono *spontaneamente in breve tempo senza altri farmaci*.

Ricorda che il bambino con febbre può essere trasportato, magari abbassando prima la temperatura con un farmaco antifebbrile. *Le condizioni atmosferiche non influenzano l'andamento delle malattie!*

QUALI ANTIPIRETICI ?

Il farmaco più usato per abbassare la febbre nei bambini è il PARACETAMOLO. Si somministra quando è possibile per bocca (gocce nel primo anno, sciroppo dopo) e non necessita, a differenza di altri antinfiammatori, di stomaco pieno. Solo se il bambino vomita, si usano le supposte. La dose consigliata si può ripetere ogni 5-6 ore *se necessario*.

RICORDA CHE Il farmaco inizia la sua azione dopo mezz'ora 1 un'ora e che terminato l'effetto la febbre può risalire.

E' meglio non disturbare il bambino quando riposa tranquillo per misurare la temperatura, somministrare gli antifebbrili o altro.

Se la febbre non scende non allarmarti, continua ad osservare il bambino e ricorda che *ostinarsi* a mantenere la temperatura a 37 'C può qualche volta *rallentare* il decorso della malattia, e ritardare la guarigione.