

การดูแลสุขภาพเด็กเล็กช่วงเปลี่ยนฤดู - ไข้สูง

ในช่วงเปลี่ยนฤดูที่อากาศเย็นลงอย่างรวดเร็ว ทำให้ภูมิคุ้มกันลดลง และผู้ป่วยไข้หวัดเพิ่มขึ้นอย่างมาก คุณพ่อคุณแม่คงกังวลเกี่ยวกับ การดูแลอาการไข้ของลูกๆ ไข้ไหมคะ? ลองดูข้อมูลด้านล่างเพื่อทำความเข้าใจสาเหตุของไข้สูงในเด็กเล็ก และวิธีรับมือที่ถูกต้องค่ะ!

เกณฑ์การมีไข้ในเด็กเล็กคืออะไร?

อุณหภูมิทางทวารหนัก 38°C ขึ้นไป หรือ อุณหภูมิในปาก 37.5°C ขึ้นไป	อายุ น้อยกว่า 3 ปี		3 ปี ~ 7 ปี	อุณหภูมิทางทวารหนัก 37.8°C ขึ้นไป หรือ อุณหภูมิในปาก 37.2°C ขึ้นไป
---	-----------------------	---	-------------	---

สาเหตุที่เด็กอาจมีไข้ได้

ไข้เป็นปฏิกิริยาตามธรรมชาติของร่างกาย เมื่อเชื้อโรคหรือไวรัสเข้าสู่ร่างกาย ระบบภูมิคุ้มกันจะทำงานเพื่อต่อสู้กับเชื้อเหล่านั้น โดยสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดในเด็กคือ 'ไข้หวัด' แต่ก็อาจเกิดจากสาเหตุอื่นๆ ได้ เช่น



ไข้หวัด



หลอดลมอักเสบ



คออักเสบ



ปวดบวม



หูชั้นกลางอักเสบ



ไซนัสอักเสบ



ลำไส้อักเสบ

เมื่อลูกมีไข้ ควรปฏิบัติแบบนี้!

<p>1. สังเกตอาการ</p> <p>เมื่อเด็กมีไข้ ควรตั้งสติและสังเกตอาการโดยรวมของเด็ก หากเด็กยังเล่นได้ กินได้ นอนปกติ อาจไม่จำเป็นต้องใช้ยาลดไข้ แต่ถ้ามีไข้สูงโดยไม่มีสาเหตุ หรือไข้ขึ้นๆ ลงๆ หลายวัน ควรพาไปพบกุมารแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัย</p>	<p>3. การใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นเช็ดตัว</p> <p>หากไข้สูงต่อเนื่อง แม้กินยาลดไข้แล้ว และเด็กยังดูไม่สบาย ควรใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นเช็ดตัวหรือช่วยลดความร้อนให้ร่างกาย</p>
<p>2. การให้ยาลดไข้</p> <p>โดยทั่วไป ถ้าไข้สูงกว่า 39°C หรือเด็กดูทรุดจากไข้ ควรให้ยาลดไข้ เมื่อมีไข้จากหวัดหรือสาเหตุคล้ายกัน</p> <p>การใช้ยาลดไข้ · แก้ปวด ที่มีตัวยาเดี่ยวประเภทอะเซตามิโนเฟน ซึ่งมีความปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ การคำนวณขนาดยาควรอิง 'น้ำหนักตัว' มากกว่าอายุ และต้องให้ยาในปริมาณที่ถูกต้อง</p>	<p>4. การได้รับน้ำอย่างเพียงพอ</p> <p>เด็กที่มีไข้ควรได้รับน้ำอย่างเพียงพอ แม้จะกินหรือดื่มได้น้อยลง แต่เพราะร่างกายจะสูญเสียน้ำมาก ควรให้ดื่มน้ำดื่มสุกอุ่นๆ หรือ เครื่องดื่มเกลือแร่ ดื่มน้ำหวานหรือน้ำผลไม้</p>