



RAHMA
HEALTH
رحمة

دليل التعامل مع الحمى عند الأطفال

تم إعداد هذا الدليل بواسطة

Rahma Health

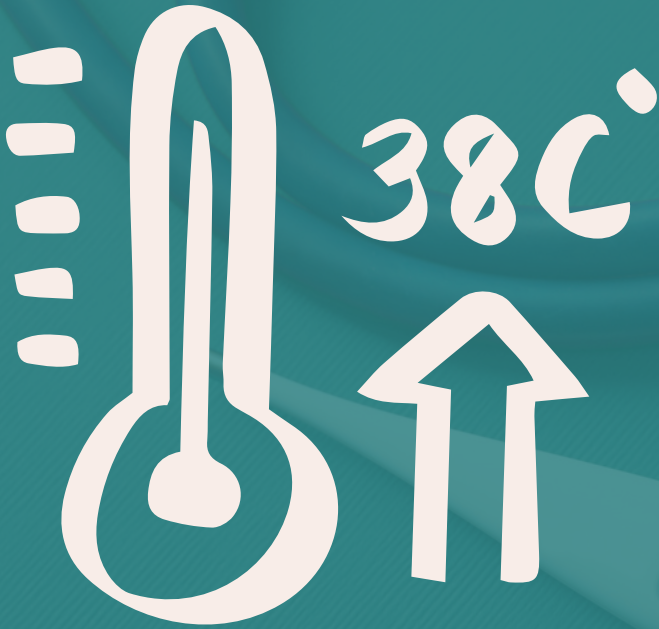
www.rahma.health

مقدمة

الحمى هي ارتفاع درجة حرارة الجسم عن المعدل الطبيعي، وتُعدّ استجابة مناعية لمحاربة العدوى. على الرغم من أن الحمى قد تكون مقلقة للوالدين، إلا أنها غالبًا ما تكون غير ضارة وتزول من تلقاء نفسها.

ما هي الحمى

تُعرّف الحمى بأنها ارتفاع درجة حرارة الجسم إلى 38 درجة مئوية فأكثر. يتراوح النطاق الطبيعي لدرجة حرارة الأطفال بين 36.5 و38 درجة مئوية. الحمى ليست مرضًا بحد ذاتها، بل هي علامة على أن جهاز المناعة يعمل لمكافحة عدوى أو التهاب.



عادة ما يستطيع الأطفال احتمال الحمى بشكل طبيعي. من المهم قياس درجة الحرارة باستخدام ميزان حرارة دقيق. يمكن شراء هذه الأجهزة من الصيدليات. إذا كنت قلقًا من أن طفلك يعاني من حمى أو من مرض ما، فمن المهم طلب الرعاية الطبية حتى لو كانت درجة الحرارة التي يظهرها الميزان طبيعية.

أسباب الحمى

تحدث الحمى عادةً نتيجة الإصابة بعدوى فيروسية أو بكتيرية.
من الأسباب الشائعة:

- التهاب المعدة والأمعاء (تسمم غذائي).
- نزلات البرد والإنفلونزا.
- أمراض مثل الجدري المائي والحصبة.
- التهابات الأذن والحنجرة.
- التهابات المسالك البولية.
- الالتهاب الرئوي والتهاب السحايا.



أعراض الحمى



النعاس أو التعب



البكاء



التعرق



القشعريرة

فقدان الشهية



متى يجب طلب المساعدة الطبية

يجب التوجه للطبيب أو قسم الطوارئ في الحالات التالية:

- إذا كان طفلك عمره من 0-1 شهر ويعاني من حمى، خذه إلى قسم الطوارئ في المستشفى فوراً.
- إذا كان طفلك عمره من 1-12 شهراً ويعاني من حمى، خذه إلى طبيب الأطفال في أسرع وقت.
- إذا كان طفلك عمره أكثر من 12 شهراً ويعاني من حمى، خذه إلى طبيب الأطفال إذا استمرت الحمى لأكثر من 4 أيام.
- إذا كان طفلك يبدو أكثر مرضاً من ذي قبل، على سبيل المثال، إذا كان طفلك أكثر شحوباً، أو خاملاً، أو ضعيفاً.
- إذا كان طفلك يعاني من صعوبة في التنفس.
- إذا كان طفلك يشعر بالنعاس.
- إذا كان طفلك يبدو مصاباً بالجفاف بشكل خفيف، يرفض الشرب أو يتبول أقل من المعتاد.
- إذا كان طفلك يعاني من تصلب في الرقبة أو صداع خفيف أو حساسية للضوء.
- إذا كان طفلك يتقيأ أو يعاني من إسهال.
- يعاني من ألم خفيف أو انزعاج لا يختفي مع مسكنات بسيطة مثل الباراسيتامول والإيبوبروفين.
- إذا كنت قلقاً من أن طفلك غير مرتاح. يعرف الأهل أطفالهم دائماً بشكل أفضل.

علاج الحمى



الراحة



الأدوية



المشروبات الساخنة



كيف تجعل طفلك يشعر براحة أكبر

- إلباس الطفل ملابس خفيفة.
- استخدام كمادات ماء فاتر على الجبهة.
- تجنب استخدام الماء البارد أو الكحول لتخفيض الحرارة.



العلاجات الطبيعية

بعض العائلات تلجأ إلى العلاجات الطبيعية مثل العسل للأطفال فوق سن السنة لتخفيف السعال المصاحب للحمى. يجب أن تجنب إعطاء العسل للأطفال دون سن السنة.



إن هذا الدليل مستند إلى المعلومات المقدمة من موقع Rahma Health، ويهدف إلى تقديم معلومات عامة. يُنصح دائمًا بالتواصل مع مقدم الرعاية الصحية للحصول على استشارة مخصصة لحالة طفلك.

للمزيد من المعلومات حول الحمى عند الأطفال، كل ما عليكم هو قراءة المقال على موقع Rahma Health الإلكتروني من خلال الرابط التالي:

[مقال الحمى عند الأطفال](#)