

## ارتفاع الحرارة

ان حرارة الجسم مقياس مهم للمرض لا سيما الالتهابات والامراض المعدية كالتهابات الحلق والرئة والسحايا والمجاري البولية. ووجود ميزان للحرارة في المنزل ضروري لتحديد نسبة الحرارة لدى الشعور بالسخونة. ومن الافضل اخذ الحرارة عند الاطفال من باب البدن وعند الكبار اما من باب البدن او من الفم. واقصى حد للحرارة الطبيعية هي 37/3 درجة مئوية من الفم المرادفة لـ 37،8/ درجة مئوية من باب البدن. الجدير بالملاحظة أن الحرارة بعد الظهر قد تكون أكثر من حرارة الصباح وهذا طبيعي.

وتجمع معظم المراجع على ان ارتفاع الحرارة في حال وجود مرض التهابي تشكل عنصرا هاما في تنشيط وظيفة كريات الدم البيضاء في حربها ضد الجراثيم والفيروسات. غير ان الحرارة بحد ذاتها مزعجة وتتسبب بالقلق من عواقبها خاصة لدى اهل الطفل المريض. وبالاجمال فان ارتفاع الحرارة غير مؤذ الا انه قد يتسبب لدى قلة من الاطفال ما بين عمر الستة اشهر والـ 6 سنوات بنوبات صرع حراري اذا كان عندهم استعداد خلقي لذلك. وجدير بالذكر ان الحرارة نفسها لا تتسبب بامراض معينة كالتهاب السحايا الا انها قد تكون مظهرا من مظاهر المرض ليس الا.

### علاج الحرارة

اذا ارتفعت الحرارة الى حد لا يتجاوز الـ 5،38/ درجة مئوية تخفف الملابس وينصح المريض بالراحة والاكتثار من السوائل كالماء واللبن والعصير واستخدام الكمادات الباردة خاصة على الجبين، دون الحاجة إلى استخدام الثلج أو السبيرتو.

اما اذا تجاوزت الحرارة درجة الـ 38،5 فبالامكان استعمال دواء مخفض للحرارة. ينصح بعدم استخدام الاسبرين لدى الصغار إذ أن ذلك قد يؤدي (ولو نادرا) الى حصول متلازمة راي (Reyés Syndnome) وهي حالة طبية خطيرة ناتجة عن فشل حاد في وظائف الكبد.

تجدر الإشارة أيضا إلى أن إرتفاع الحرارة لا يعالج بالمضادات الحيوية (Antibiotics) إذ أن استخدامها بطريقة إعتباطية له مضاره، مع العلم بأن معظم حالات إرتفاع الحرارة ينتج عن فيروسات لا تتأثر أصلا بالمضادات الحيوية.

### استشارة الطبيب

ضرورة في الحالات التالية:

- 1— اذا كان عمر الطفل لا يتجاوز الستة اشهر
- 2— اذا ترافقت الحرارة مع فقدان الشهية أوخمول أو تغيير في الوعي او قيء واستفراغ
- 3— اذا ارتفعت الحرارة فوق الـ 40 درجة مئوية.
- 4— اذا لم يكن هناك من سبب واضح لارتفاع الحرارة
- 5— اذا استمر ارتفاع الحرارة ايا كان السبب اكثر من 3 ايام
- 6— اذا ترافقت الحرارة مع نوبات صرع.