

# Snižování horečky u dětí a mladistvých

- 1) **Měření tělesné teploty:** Měříme standardním digitálním nebo lihovým teploměrem v zadečku nebo v podpaží po dobu 5 – 7 minut.
- 2) **Horečka:** Vzestup tělesné teploty nad 38.0°C, v zadečku nad 38.5°C (odečítá se 0,5°C).
- 3) **Fyzikální snižování teploty:** zábaly, omývání houbou, sprchování, podávání dostatek vlažných tekutin, přiměřená teplota zevního prostředí (20 – 22°C), vhodné oblečení dítěte. Tyto procedury zlepšují komfort dítěte a slouží jako doplněk k podanému antipyretiku.
  - **Zábaly:** Dítě zabalíme nahé do osušky namočené **ve vlažné vodě** (asi 25°C) a ponecháme je v zábalu na 10 – 15 min. Zabaleny by měly být břicho a hrudník, **končetiny necháváme volné**. Dítě již ničím nepříkryváme. Zábal můžeme opakovat 3 × během 2 hodin.
  - **Omývání houbou:** Vaničku naplníme vlažnou vodou asi kolem 30°C, dítě posadíme do vody, potom za pomoci houby omýváme trup a končetiny. Délka omývání je 10 – 30 minut v závislosti na reakci dítěte. Omývání ukončíme v případě svalového třesu nebo "husí kůže".
  - **Sprchování:** U starších dětí lze dle tolerance použít šetrné sprchování vlažnou vodou.

**POZOR:** Nikdy nedáváme zábal ani nesprchujeme, jestliže má dítě mramorovanou kůži na těle nebo studené končetiny! Tyto postupy nejsou vhodné ani u dětí s vyrážkou a u dětí nepřiměřeně se bránících.

## 4) Snižování teploty pomocí antipyretika (léku na teplotu):

**a) Paracetamol v dávkách 10–15 mg/kg** po 6 hodinách, max. 60 mg/kg/den.

U malých dětí dáváme přednost čípkům a sirupům, tabletová forma je vhodná u dětí nad 3 roky. Účinek nastupuje zhruba za **30–45 minut** od podání léku a trvá **maximálně 4 hodiny**.

**Sirupy:** 24 mg/ml, např. Paralen susp, Panadol Baby, aj.

**Čípky:** 100 mg, 125 mg, 250 mg a 500 mg, např. Paralen, Panadol Baby aj.

**Tablety:** 125 mg, 500 mg, např. Paralen, Panadol

**b) Ibuprofen v dávkách 5–10 mg/kg** po 6–8 hodinách od 3 měsíců věku či 5 kg váhy, maximálně v dávce 20–30 mg/kg/den. U dětí < 30 kg nepřekračujeme denní dávku 500 mg/den.

**Sirupy:** 20 mg/ml Brufen sirup, Nurofen sirup, Ibalgin Baby, Ibuprofen sirup

40 mg/ml Ibalgin junior, Nurofen jahoda/pomeranč

**Čípky:** 60mg, 125 mg, např. Nurofen čípek; **Tablety:** 200 mg, 400 mg, např. Ibalgin, Brufen, Ibuprofen

**Žvýkácké tablety:** 100 mg, např. dispergovatelné tablety Nurofen Active, Nurofen Junior, Ibuprofen

**c) Kyselina acetylsalicylová – Acylpyrin, Aspirin (50 – 60 mg/kg/den) dětem do 16 let nepodáváme.**

Důležité je tělesnou teplotu u dítěte **zkontrolovat cca za 60 minut** po podání léku či zábalu. Pokud nedojde k poklesu teploty, je možné **podat druhý typ antipyretika**, ale je potřeba dodržet minimální časový odstup 6 hodin mezi stejným druhem antipyretika a nepřekročit maximální denní dávku.

**POZOR: Zapisujte si čas a množství podaného léku!**

váha dítěte v kg	Paracetamol sirup	čípek/tbl	Ibuprofen sirup 20mg/ml	čípek/tbl
4 kg	4 × 2 – 2,5 ml	4 × 50 mg		
5 kg	4 × 2 – 3 ml	4 × 62,5 mg	3 × 1,5 – 2,5 ml	3 × 30 mg
6 kg	4 × 2,5 – 3,5 ml	4 × 62,5 – 83 mg	3 × 2 – 3 ml	3 × 60 mg
7 kg	4 × 3 – 4 ml	4 × 100 mg	3 × 2 – 3,5 ml	3 × 60 mg
8 – 9 kg	4 × 4 – 5 ml	3 – 4 × 125 mg	3 × 3 – 4 ml	3 × 60 mg
10 – 11 kg	4 × 4,5 – 6 ml	4 × 125 mg	3 × 3 – 5 ml	3 × 60 – 100 mg
12 kg	4 × 5 – 7,5 ml	4 × 125 – 160 mg	3 × 4 – 5 ml	3 × 100 mg
13 – 15 kg	4 × 6 – 8 ml	4 × 160 – 180 mg	3 × 5 – 6 ml	3 × 100 – 125 mg
16 kg		4 × 180 mg	3 × 6 – 7,5 ml	3 × 125 mg
17 – 20 kg		3 – 4 × 250 mg	3 × 6 – 8 ml	3 × 125 – 150 mg
21 – 25 kg		4 × 250 – 315 mg	3 × 7 – 9 ml	3 × 125 – 200 mg
26 – 29 kg		4 × 300 – 375 mg		3 × 200 – 250 mg
30 – 34 kg		4 × 375 mg		3 × 200 – 300 mg
nad 35 kg		4 × 500 mg		3 × 200 – 300 mg
nad 40 kg		4 × 500 mg		3 × 400 mg

Literatura: Doporučený a léčebný postup pro lékaře v primární péči 2005, kolektiv autorů, vydala Zentiva a.s.; SPC Nurofen pro děti, SPC Paralen; Kršiak, Švihovec, Zupanets, Kriška – Optimální dávkování paracetamolu při léčbě bolesti a horečky, Pediatre pro praxi 2010;11(1),21–25, ISSN 1803-5264.