

Dott. Giuseppe Marini

Specialista in Pediatria
Mozzagogna (CH), via Europa 39
tel. studio : 0872.578245
sito web: www.giuseppemarini.com

Come comportarsi in caso di febbre

COS'E' LA FEBBRE ?

L'aumento della temperatura corporea rappresenta una reazione di difesa dell'organismo all'attacco da parte dei germi (batteri o, più spesso, virus): la temperatura corporea elevata danneggia di per sé i microbi; inoltre il nostro sistema immunitario "a caldo" lavora meglio. **La febbre quindi non e' una malattia**, pertanto se non e' troppo elevata non va subito combattuta, specialmente se le condizioni generali si mantengono buone.

COME SI MISURA ?

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

In questo caso la temperatura e' 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.

Con la misurazione **ascellare** la temperatura e' normale fino a 37.5° C.

Il termometro auricolare può essere utile ma non e' sicuro: in alcuni casi il valore riscontrato non e' esatto: e' possibile trovare una temperatura superiore al reale se non si introduce correttamente lo strumento nel canale auricolare (come può succedere con i più piccoli) oppure nel caso che il bambino presenti un'inflammatione della membrana timpanica.

Sono inutili il termometro orale , quello da posizionare sulla fronte o la misurazione a livello inguinale.

COSA FARE ?

Se il vostro bambino ha la febbre dedicatevi a lui, consolatelo, giocate con lui, **osservate il suo comportamento**.

- **Com'è il suo pianto?** Forte ma consolabile? Attenzione invece se e' un gemito continuo e ininterrotto.
- **Come risponde agli stimoli?** E' vivace o al contrario ha eccessiva sonnolenza?
- **Ci sono altri segni di malattia?** Ha tosse, vomito, diarrea, respirazione difficile, macchie sulla pelle? Cercate di capire se c'è dolore e dove.

Intanto potete iniziare a dargli sollievo:

A) Date un'alimentazione adeguata: offrire da bere acqua, tè, camomilla zuccherati, a piccoli sorsi, a volontà. Con la febbre ha più bisogno di liquidi e carboidrati (zuccheri) perché ha bisogno di più energie e perché la febbre aumenta la perdita di liquidi. Se non si provvede in questo senso l'organismo si procura l'energia dai grassi dell'organismo, producendo **ACETONE** (che e' quindi la conseguenza e non la causa della febbre).

Evitate di dare alimenti ricchi di grassi come: latte, formaggi, burro, cioccolati, patatine fritte (perché favoriscono la formazione dell'acetone), ma date preferenza ad alimenti ricchi di carboidrati come pasta, riso, pane, fette biscottate, zucchero, miele, marmellata.

Non forzate nell'alimentazione ma fatelo bere il più possibile liquidi zuccherati.

I lattanti che sono alimentati solo con latte artificiale o al seno non devono sospendere l'alimentazione ma devono integrarla con un po' di acqua zuccherata.

B) Evitate che la temperatura corporea si alzi troppo: non coprite il bambino in maniera eccessiva; in questo modo si permette al corpo di respirare e pertanto, di disperdere calore (maglietta, mutandine e calze, se porta il pannolino toglierlo oppure lasciarlo aperto).

Tenete l'ambiente il più fresco possibile senza creare correnti d'aria. Talvolta è utile far uscire di casa per brevi periodi il bambino: non sempre ridurrà la temperatura, ma sicuramente lo rilasserà e favorirà il suo appetito.

Se il bambino lo gradisce, è possibile mettere fazzoletti bagnati o la borsa del ghiaccio sulla testa.

C) Usate farmaci che abbassano la febbre se :

- supera 38.5°C-39° C RETTALE
- oppure 38°C-38.5° C ASCELLARE
- o se c'è malessere o dolore in quanto gli antipiretici sono anche antidolorifici.

FARMACI ANTIFEBRILI

La somministrazione per via orale e' da preferirsi a quella rettale perché l'assorbimento del farmaco e' più regolare e costante (la supposta può essere espulsa subito dopo l'introduzione oppure il farmaco può essere male assorbito e quindi non fare effetto).

Il farmaco per abbassare la febbre nei bambini e' il paracetamolo: per esempio **SANIPIRINA®** o **TACHIPIRINA®** o **EFFERALGAN®**.

E' preferibile utilizzare le supposte in caso di vomito, le gocce o lo sciroppo in caso di diarrea; nel bambino di peso inferiore a 7 Kg è preferibile somministrare le gocce o lo sciroppo, per calcolare più correttamente il dosaggio. Se dopo 5 ore dalla prima somministrazione la temperatura è ancora superiore a 38°C si può somministrare una seconda dose e così via; è importante rispettare un intervallo di 5-6 ore (minimo 4 ore) tra due dosi.

Il dosaggio si calcola in base al peso del bambino e non in base all'età: 10-15 mg ogni Kg di peso da ripetere ogni 4-6 ore se ricompare la febbre.

Tachipirina gocce:

4 gocce per ogni Kg di peso del bambino, ogni 5-6 ore.

Per esempio, in un lattante di 6 Kg daremo $6 \times 4 = 24$ gocce ogni 6 ore.

Tachipirina o Sanipirina sciroppo:

0,5 ml per ogni Kg di peso del bambino, ogni 5-6 ore

In pratica, per calcolare i millilitri necessari basta dividere in due il peso del bambino: per esempio, in un bambino di 14 Kg daremo

7 ml ogni 6 ore. Sopra i 40 kg è preferibile comunque non superare i 20 ml/dose.

Tachipirina o Sanipirina supposte:

7-10 Kg di peso: Tachipirina una supp. da 125 mg, ogni 5-6 ore.

10-15 Kg di peso: Sanipirina una supp. da 150 mg, o Tachipirina 3/4 di supp. da 250 mg, ogni 5-6 ore.

16-24 Kg di peso: Tachipirina una supp. da 250 mg ogni 5-6 ore

25-30 Kg di peso: Sanipirina una supp. da 300 mg, o Tachipirina 3/4 di supp. da 500 mg ogni 5-6 ore.

>30 Kg di peso: Tachipirina una supp. da 500 mg ogni 5-6 ore.

QUANDO CONSULTARE IL PEDIATRA ?

1. Se la febbre si accompagna a pianto debole o ininterrotto, se il bambino risponde poco agli stimoli, o presenta eccessiva sonnolenza, o se la temperatura elevata persiste per più di 24 ore.
2. Se il vostro bambino ha meno di sei mesi e la febbre è alta (superiore a 39° C rettali).
3. Se però il vostro bambino è più grande dei sei mesi e le condizioni generali sono buone, potete attendere, somministrando solo l'antipiretico.
4. In caso di convulsioni febbrili.

La maggior parte degli episodi febbrili del bambino sono piccole infezioni di natura virale che guariscono spontaneamente in breve tempo senza troppi farmaci.

Ricordate che il bambino con febbre può essere sempre trasportato in ambulatorio.
