



آموزش به بیمار

تب چیست؟



معاونت درمان
مدیریت پرستاری
دانشکده پرستاری و مامایی مشهد
مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی
پیوند اعضا و دیالیز منتصریه

برای پایین آوردن تب یا قطع آن از تب‌برهایی چون استامینوفن و ایبوپروفن استفاده می‌شود.
علاوه بر مصرف دارو، استفاده از لباس یا حوله مرطوب و خنک، پاشویه و حمام با آب ولرم موجب کاهش دمای بدن می‌شود.
ا همچنین دمای بدن می‌تواند از طریق (عرق کردن) کاهش یابد.
توجه داشته باشید، اگر پیوند کلیه یا کبد انجام داده اید، قبل از هر کاری به پزشک مراجعه کرده و از مصرف دارو خودداری کنید.



منبع:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>

بیمارستان فوق تخصصی پیوند اعضا و
دیالیز منتصریه

آدرس: مشهد، بلوار امام خمینی، امام خمینی ۲۵

تلفن: ۳۲۲۹۱۹۶۳ دلی-۳۰۰۶

www.mums.ac.ir/month/fa/amoosheshbebimar

درمان:

هر تبی لزوماً مورد درمان مستقیم قرار نمی‌گیرد. تب نشانه مبارزه بدن در مقابل عوامل بیماری‌زا است، و در صورتی که مقدار آن خیلی زیاد نباشد، اغلب داروهایی برای درمان بیماری، و نه درمان مستقیم تب مصرف می‌گردند. با این وجود، برای جلوگیری از افزایش تب و ایجاد نقص در بدن، تب باید دائماً کنترل شود.
به بیمارانی که تب دارند توصیه می‌شود به مقدار کافی مایعات بنوشند، چرا که تب موجب تبخیر آب بدن می‌شود. از آنجا که مصرف آب بیش از حد موجب کاهش نمک‌های محلول در پلاسما خون، به خصوص سدیم می‌شود، مصرف سایر نوشیدنی‌ها نیز توصیه می‌شود.

بسیاری از بیماران به علت علائم تب از دارو استفاده می‌کنند. تب موجب افزایش تپش قلب می‌شود؛ و ممکن است به افراد مسن یا افرادی که دچار بیماری‌های قلبی و عروقی هستند فشار وارد کند.



مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماران می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را باز یابید.



تب از علائم بیماری بوده و حالتی است که در آن دمای بدن از مقدار طبیعی آن بیش تر می شود. تب نشانه مبارزه بدن در برابر عوامل بیماری زا است و گاهی نیز پاسخ دمایی دستگاه ایمنی بدن نسبت به عفونتهای داخلی تلقی می شود.

در واقع گرمای حاصل از تب مانع از رشد بسیاری از میکروبها می شود. در انسان که میانگین دمای طبیعی بدن 37°C است، دمای برابر یا بیش تر از 38°C در حالت استراحت تب به شمار می آید. تب بیش از 40°C تهدید بزرگی برای جان انسان محسوب می شود، چرا که عملکرد آنزیمها و سایر پروتئینهای بدن را دچار اختلال می کند.

به تب 37.5 درجه تا 37.9 درجه تب خفیف گفته می شود. اندازه گیری دمای بدن:

دمای بدن با دماسنج طبی اندازه گیری می شود. دمای بدن می تواند از راه دهان، زیر زبان، مقعد (دقیق ترین شیوه که برای نوزادان و کودکان خردسال استفاده می شود)،



دمای به دست آمده از طریق دهان و زیر بغل نسبت به دمای به دست آمده از طریق مقعد پایین تر هستند (تفاوتی برابر 0.4 درجه برای اندازه گیری از طریق زیربغل با دهان است یعنی در درجه زیربغلی باید این 0.4 درجه افزایش یابد) بنابراین این تفاوت باید به هنگام اندازه گیری میزان تب مورد توجه قرار گیرد.

دمای طبیعی بدن انسان که از راه دهان و در حالت استراحت اندازه گیری شود بین 36.4 و 37.2 باشد طبیعی است.

با این وجود، موارد بسیاری هستند که در تغییر دمای بدن نقش دارند و باید هنگام اندازه گیری مورد توجه قرار گیرند. سن، لباس های فرد، دمای اتاق و ساعات مختلف در طول روز در دمای بدن تغییر می گذارند. دمای بدن در طول شبانه روز به طور طبیعی تغییر می کند.

کمترین دمای بدن در حدود ساعت ۴ صبح، و بیش ترین دما حدود ساعت ۱۸ می باشد (البته به شرط این که عادت فرد این باشد که در روز بیدار باشد و در شب بخوابد).

به این ترتیب، دمای 37.5 درجه که از طریق دهان و به هنگام عصر گرفته شده باشد، الزاماً تب نیست؛ در حالی که همین دما صبحگاه تب محسوب می شود.

به هنگام اندازه گیری دمای بدن از طریق دهان باید در نظر داشت که خوردن، نوشیدن و سیگار کشیدن حداقل ۲۰ دقیقه قبل از اندازه گیری موجب تغییر دمای دهان می شود. دمای بدن پس از صرف غذا افزایش می یابد.



نکته دیگر این است دمای طبیعی افراد نسبت به یکدیگر، و حتی نسبت به روزهای مختلف متغیر است. در زن ها دمای بدن با توجه به چرخه ماهیانه نیز تغییر می کند (به طور متوسط، دمای بدن زنان به مدت ۱۴ روز پس از تخمک گذاری افزایش می یابد).