

Bolest a horečka u dětí

**MUDr. Kateřina Konopásková, pediatr
Klinika dětské chirurgie
FN Motol, Praha**

Mezi nejčastější příčiny, proč rodiče přichází s dětmi k dětskému lékaři, patří bezesporu horečka a bolest. Děti mají obvykle teplotu 36 - 37,5 °C, její hodnota se během dne mění, obvykle bývá nejvyšší v podvečer. Teplota vyšší než 37,5°C může být známkou nemoci.

Horečka sama o sobě není nemoc, je jen příznakem onemocnění a patří k obranným mechanismům v těle, proto není třeba se jí za každou cenu a ihned od nástupu bránit. Při zvýšené teplotě se nemohou choroboplodné zárodky dobře množit a zároveň také vyšší teplota podporuje prokrvení orgánů a tkání a umožňuje tím tělu přenášet obranné buňky k zánětlivému ložisku. Co tedy dělat při horečce, abychom nic nezanedbali, ale také zároveň přilíš nezasahovali do přirozeného obranného mechanismu?

Literatura u autorky

U malých dětí měříme teplotu v konečniku - rychloběžkou či digitálním teploměrem s ohebným koncem. Pozor - teplota v tělesných dutinách je vyšší, proto v porovnání s měřením v podpaží odečítáme 0,5 °C. Výjimkou jsou kojenci do 6 týdnů, u nichž neodečítáme a u kterých je normální teplota v konečniku 36,5 - 37,2 °C. Pokud to dítě zvládne, měříme v podpaží. Lze měřit též v ústech "dudlíkovým teploměrem", ušním teploměrem a čelním teploměrem z povrchu pokožky - vždy je nutné použít správný typ teploměru a řídit se návodem výrobce.

Teplotu je vhodné přeměřit, pokud pozorujeme některý z následujících příznaků: změna chování, únava, pláč, mrzutost, spavost, dítě se chová "divně" (jinak než obvykle), bolest hlavy, odmítání jídla, pití, bolest v krku, ouška, či jiné části těla, horká suchá kůže, zvláště na hlavě a trupu, při zhoršování je kůže rukou i nohou chladná, na těle může být vlhká, když dítě má zimnici, zrychlený puls, výraznější bušení srdíčka, výraznější žížeň, u menších dětí průjem.

Metody snížení horečky: fyzikální opatření je možné kombinovat s léky na snížení teploty, které jsou současně účinné i proti bolesti.

Fyzikální opatření ke snížení teploty

Omyvání houbou: do vany nebo vaničky se napustí 3-5 cm mírně teplé vody, dítě se omývá cca 10-30 min. Stejně tak lze dítě osprchovat vlažnou vodou nebo provést šetrnou koupel.

Zábaly: do vlažné vody cca 25 °C namočte osušku, vyždímejte ji a na 10-15 min zabalte dítě tak, aby byl zakryt hrudník a břicho. Proceduru zábalu je možno opakovat 3x za 2 hodiny.

Léky proti bolesti a horečce: jako první u dětí do 15 let podáváme vždy léky s obsahem paracetamolu:

Paralen, Panadol aj. Pozor na kombinované preparáty. Paracetamol je bezpečné léčivo, nedráždí žaludeční sliznici, ale při nerespektování dávky a intervalu mezi podáním léku můžeme děti (i sebe) předávkovat. Vždy mezi podáním = dávkou paracetamolu dodržujte interval 6 hodin.

Další přípravek, který lze použít, obsahuje ibuprofen, např. Ibalgin 200mg, Nurofen sirup aj. Ibuprofen je léčivo s účinkem na teplotu, bolest, a oproti paracetamolu má navíc i protizánětlivý efekt, může se podávat kojencům od 3. měsíce, v tomto věku raději po poradě s lékařem. U febrilí je výhodná kombinace ibuprofen - paracetamol. Nepodávají se současně, ale střídavě po 3 hodinách. Dávkování je závislé na věku a tělesné hmotnosti dítěte a je třeba je dodržovat (při podávání nemusí lék dostatečně účinkovat, při předávkování hrozí závažné zdravotní komplikace). Paralen 15 mg/kg/dávku, ibuprofen 6 mg/kg/dávku.

Bolest u dětí

Podle Mezinárodní asociace pro studium bolesti (IASP) je bolest definována jako „nepříjemný smyslový a emoční prožitek, který si primárně spojujeme s poškozením tkání nebo jej ve smyslu takového poškození popisujeme“. Definice zdůrazňuje, že prožitek bolesti přesahuje čistě biologickou reakci na podnět, ale zahrnuje i emoční rozměr - aspekt, který je zejména důležitý u dětí.

Před rokem 1980 existoval všeobecný názor, že nemluvíata jsou chráněna před prožitkem akutní bolesti, protože jejich nervová soustava ještě není zcela vyvinuta. Dále se mělo za to, že si nemluvíata nemohou pamatovat své rané zážitky.

Během posledních dvaceti let pokrok v našem chápání nervové soustavy a studium vnímání bolesti novorozenci ukázaly, že tyto dřívější názory byly chybné. Novorozenci, včetně předčasně narozených

dětí, bolest vnímají a dávají najevo celou řadu reakcí v odpovědi na bolestivé podněty. Novorozenci si přenášejí své rané prožitky bolesti do svého pozdějšího života s potenciálně vážnými následky v behaviorálním a emočním vývoji.

Bolest je subjektivní příznak, nemůžeme ji prokázat žádným dostupným vyšetřením. Lékař musí věřit nemocnému, že to bolí právě tam, kam pacient ukazuje. Jak ale poznat bolest a určit vlastní bolestivé místo u novorozenců a kojenců?

Hodnocení bolesti u dětí

Bolest se dá u dětí hodnotit pomocí různých skórovacích škál; jednou z nejčastějších je např. FLACC. Je to systém pro měření intenzity bolesti známý jako hodnocení pomocí obličej, činnosti nohou, pláče a utěšitelnosti. Velmi často se využívá u mladších dětí (od 2 měsíců do 7 let). Na stupnici FLACC se udělují „bodová ohodnocení“ podle známek chování při bolesti.

Faktory ovlivňující vnímání bolesti

Síla signálu (intenzita bolesti) zaslaného mozku závisí na počtu nociceptorů, které jsou stimulovány bolestivými podněty. Na základě výzkumu bylo zjištěno, že děti nelze léčit jako „malé dospělé“. Existuje mnoho faktorů, které zvyšují vliv bolesti na dítě - tyto faktory zahrnují úroveň porozumění, pohlaví, temperament a předchozí zkušenosti s bolestí. Ve skutečnosti může být nervová soustava novorozenců a dětí mnohem citlivější na bolest, než u dospělých. Nejlepší způsob, jak ulevit dítěti od bolesti a horečky, je založen na kombinaci emoční podpory, fyzikálních opatření a podání vhodného léku. Proto je vhodné do středu partnerství mezi dítětem, rodičem a zdravotníkem zahrnout i přípravky pro ovlivnění bolesti a horečky.

Stupnice FLACC

HODNOCENÍ

Kategorie	1	2	3
OBLIČEJ	Žádný výraz ani úsměv	Příležitostná grimasa nebo zamračený obličej	Časté a neustálé třesoucí se brada, drkotání čelistí
ČINNOST NOHOU	Normální poloha nebo uvolnění. Ležení v klidu, v běžné poloze, snadno se pohybuje	Neklidný, nepokojný, napětí Kroutit se, posouvá se vzad a vpřed, napětí	Kopání nebo mávání nohama Prohnutý, ztuhlý nebo škrabavé pohyby
PLÁČ	Žádný pláč (probuzený nebo uvolněný)	Vzdychání nebo fňukání, příležitostné stěžování	Vytrvalý pláč, křik nebo vzlykání, časté stěžování
UTĚŠITELNOST	Klidný, uvolněný	Utěšován příležitostnými dotyky, objetím nebo slovní útěchou, těkavost	Lze jen obtížně utěšit nebo uklidnit

Každá z pěti kategorií je ohodnocena od 0 - 2, kdy výsledkem je pak skóre mezi 0 a 10