

OHJEITA VANHEMMILLE

Kuumeinen lapsi

Lapsen normaali kehon lämpötila on peräsuolesta mitattuna 36,0–38,0 °C, eli kuumeeksi tulkitaan lämpö yli 38,0 °C. Kuume on tavallisimmin infektiosairauden oire, mutta kuumetta voi esiintyä myös muiden sairauksien yhteydessä. Lapsilla saattaa normaalisti esiintyä iltaisin tai rasituksen jälkeen lievää lämmön nousua.

Miten kuume mitataan?

Kuume suositellaan mitattavaksi alle kaksivuotiailta pääsääntöisesti peräsuolesta. Kuumemittari tulisi viedä noin 2 cm:n syvyyteen peräsuoleessa. Vanhemmilla lapsilla kuume voidaan mitata kainalosta. Digitaalinen mittari on lapsilla käytännöllinen, sillä se mittaa lämpötilan noin puolessa minuutissa. Korvakuumemittarin lukemat eivät ole kovin luotettavia.

Miten kuumetta hoidetaan?

Monet lastenlääkärit suosittelevat kuumeen alentamista, vasta kun peräsuolesta mitattu kuume on yli 39,0 °C. Kuumeeseen liittyvät muut oireet kuten päänsärky, huono olo tai ärtyneisyys puoltavat kuumeen alentamista. Perusohjeena ovat huoneen lämpötilan viilentäminen (noin 20 °C on sopiva) ja liian vaatetuksen vähentäminen. Lapsen pitää juoda riittävästi. Apteekista ilman reseptiä saatavilla kuume-lääkkeillä voidaan yleensä laskea kuumetta 1–1,5 °C. Parasetamoli (mikstuura, peräpuikko tai tabletti) on turvallinen ja yleisimmin käytetty lääke. Parasetamolien annossuositus on 15 mg/kg/annos (maksimi 500 mg) neljä kertaa vuorokaudessa. Mikstuura on suositeltavin, koska se mahdollistaa tarkan annostelun.

Miten lapsen yleistilaa arvioidaan?

Kuumeisen lapsen voinnin arvioimisessa on keskeistä lapsen huolellinen tarkkailu. Hyväkuntoinen lapsi hymyilee ja reagoi aktiivisesti ympäristöönsä ja vanhempiin, itkuäänä on voimakas, lapsi herää nopeasti unesta ja voi vastustaa hoitoa. Kuumelääkettä saatuaan lapsi yleensä piristyy selvästi. Jos lapsi tällöin kuumeesta huolimatta syö, juo, leikkii ja katselee televisiota lähes normaalisti, on merkittävä vakava sairaus epätodennäköinen. Lapsen nestetasapainoa voidaan arvioida tutkimalla suun limakalvot, jotka

ovat normaalisti kosteat. Terveellä lapsella hengitys on vaivatonta. Hengitystiheyden laskeminen on hyvä testi yleistilan arvioinnissa. Se lasketaan yhden minuutin ajan lapsen ollessa levossa. Alle yksivuotiaalla hengitystiheys on normaalisti alle 40/min, 1–2-vuotiaalla alle 35/min, 3–4-vuotiaalla alle 30/min ja 5–18-vuotiaalla alle 20/min. Kuume kestää tavallisissa virusinfektioissa yleensä 2–5 vrk. Toisaalta vaikea infektio voi kehittyä päivässä tai vasta usean vuorokauden sairastamisen jälkeen.

Milloin on aihetta viedä kuumeinen lapsi lääkärin tutkittavaksi?

- Lapsi on alle kolmen kuukauden ikäinen.
- Kuume on toistuvasti yli 40 °C.
- Lapsi on kouristanut.
- Lapsi oksentaa tai ripuloi toistuvasti 1–2 tunnin välein.
- Lapsi kieltäytyy kävelemästä.
- Hengitys vinkuu tai on työlästä.
- Lapsi on erityisen voipunut.
- Lapsi itkee jatkuvasti
- Kuume on jatkunut yli viisi vrk.

Milloin on syytä epäillä vaikeata infektiota ja kuumeinen lapsi pitää viedä heti lääkärin tutkittavaksi?

- Lapsi nukahtelee, vaipuu uneen eikä ole herätettävissä.
- Lapsi ei seuraa ympäristöä, on ilmeetön eikä hymyile.
- Hengitys on tihentynyt, työlästä tai pinnallista ja ähkyä.
- Lapsi on käsittelyarka eli parahtaa itkuun vanhemman käsittelyssä.
- Itkuäänä on heikko, kimeä tai valittava.
- Iholla todetaan verenpurkauksia.

Julkaistu Aikakauskirja Duodecimin verkkosivuilla 19.11.2009

OLLI RUUSKANEN, professori, infektiolääkäri

TYKS:n lastenkliniikka

HARRI SAXÉN, dosentti, infektiolääkäri
 HYKS:n lasten ja nuorten sairaala

JUSSI MERTSOLA, professori, infektiolääkäri

TYKS:n lastenkliniikka

