

se koristi u dozi od 10 mg/kg tjelesne težine i jednako je efikasan kao paracetamol u svojoj pravilnoj dozi. Ovi lijekovi se ne preporučuju u prvoj godini života, u bolesnika s bolestima jetre i bubrega, trudnicama, dojiljama i astmatičarima. Ovi lijekovi se trebaju koristiti kratkotrajno i u pravoj dozi zbog neželjenih efekata na želudac, nastanak gastritisa pa i krvarenja iz probavnog sistema.

## KADA OSOBU S POVIŠENOM TJELESNOM TEMPERATUROM MORA PREGLEDATI LJEKAR?

U principu ljekarsku pomoć treba potražiti ako dijete ili odrasla osoba:

- ima temperaturu iznad 40°C, posebno ako temperatura ne padne nakon 3-5 dana
- ako je smetena, ne odaziva se na pozive, otežano diše, guši se ili ne može doći do zraka
- ako temperatura preraste uz tešku groznicu koja obično ukazuje na bolesti bakterijskog uzroka, a koje je potrebno dodatno liječiti (npr. upala pluća, upala mokraćnih puteva...)
- ako je dijete mlađe od 3 mjeseca i ima povišenu tjelesnu temperaturu iznad 38°C, posebno dojenče
- ako ima neko hronično oboljenje i ako je imunokompromitirana (npr. liječi se citostaticima, odstranjena mu je slezena...)
- ako TT nakon prethodne normalizacije i poboljšanja opet poraste na visoke vrijednosti, što ukazuje na komplikacije oboljenja
- ima ukočen vrat, ako je prisutna bol pri saginjanju glave prema naprijed, ima jaku glavobolju i povraćanje koje ne prestaje
- ima osip, otežano guta, jako slini, ili se javlja preosjetljivost na dodir
- ako ima napadaj konvulzija, neobično je pospana ili se ne može probuditi

Borba sa povišenom tjelesnom temperaturom najčešće je "simptomatska". Ako je liječnik propisao antibiotik, ne znači da je time problem povišene TT riješen jer i pod antibiotskom terapijom obično je još dva dana prisutna povišena temperatura.

## ANTIBIOTICI NISU LIJEKOVI ZA SNIŽAVANJE POVIŠENE TJELESNE TEMPERATURE!

**Za sva pitanja, dodatne informacije, nejasnoće i savjete obratite se ljekaru, farmaceutu, ili direktno Ministarstvu zdravstva Kantona Sarajevo.**

Web: [mz.ks.gov.ba](http://mz.ks.gov.ba)

E-mail: [mz@mz.ks.gov.ba](mailto:mz@mz.ks.gov.ba)



**PRAVILNA UPOTREBA ANTIBIOTIKA  
POVIŠENA TJELESNA TEMPERATURA**

## KOJE SU VRIJEDNOSTI “NORMALNE” I POVIŠENE TJELESNE TEMPERATURE?

Raspon normalnih vrijednosti tjelesne temperature (TT) je 36°C–37°C mjereno pod pazuhom sa živinim toplomjerom. Povišenom TT smatramo onu višu od 37°C. Kontrola TT rukom na čelo ili ruke i noge nije pouzdana. Mjere za snižavanje temperature primjenjujemo u pravilu kada ona pređe 38,5°C.

## POVIŠENA TJELESNA TEMPERATURA

Povišena TT najčešće predstavlja odgovor organizma na infekciju bakterijama, virusima, parazitima, no može biti i posljedica manjka tekućine u organizmu (dehidracije) ili primijenjenog cjepiva. Povišena TT predstavlja prvi, nespecifični odgovor organizma, koji ujedno mobilizira i njegovu obranu i naš je saveznik u borbi protiv infekcija. Pri povišenoj TT se snažno zaustavlja i sprječava razmnožavanje uzročnika bolesti, smanjuje njihovu aktivnost i štetnost. Povećava se djelotvornost onih ćelija koje se bore s uzročnicima bolesti. To je posebno važno kod virusnih bolesti. Zbog toga povišenu TT ne treba snižavati po svaku cijenu. Moramo znati da se povišena TT snižava prolazno. Dok traje osnovni uzrok koji povisuje TT ona će se uvijek iznova opet podići. Zato se možemo opravdano pitati da li je liječenje povišene TT potrebno?

Povišena TT nastaje kroz dvije faze: U prvoj fazi, dok organizam pokušava tjelesnu temperaturu povisiti do visine termostatske tačke, bolesniku je hladno, drhti, blijed je, ima hladne noge i ruke i osjeća se loše. Pokrivanjem rješavamo ovu fazu. U drugoj fazi, kada TT dostigne termostatsku tačku bolesnik se osjeća bolje, nije mu zima, obrazi mu postaju crveni, koža vruća. To je vrijeme kada treba mjeriti TT! To je također vrijeme kada je možemo početi snižavati. Cilj snižavanja povišene TT je smanjivanje subjektivnih tegoba (glavobolje, bolova u mišićima, povećana razdražljivost) i sprječavanje febrilnih konvulzija u osjetljive djece.

## KADA POVIŠENA TT MOŽE BITI OPASNA?

Povišena TT do 40°C nije opasna, iako u narodu vlada mišljenje da jeste i da oštećuje mozak. Moramo biti svjesni da u organizmu postoje zaštitni mehanizmi koji štite tijelo od pretjeranog dizanja TT. Ekstremno povećanje TT je preko 40°C kada oboljeli ima halucinacije, preko 41°C može doći do padanja u komu, iznad 42°C može nastupiti i smrt.

Povišena TT može biti opasna za bolesnike sa ozbiljnim srčanim bolestima, (ubrzava se rad srca za 15–20 otkucaja u minuti za svaki stepen Celzijusa), kod pacijenata sa disajnim tegobama, ubrzava se disanje, kod bolesnika s upalom ili oštećenjima mozga i ovojnica (njima prijeti edem (oteklina) mozga što dodatno oštećuje moždane ćelije), kod djece koja su sklona febrilnim konvulzijama (kod 1% – 2% te djece povišena TT može uzrokovati dugotrajne grčeve (epileptični status) koji traju 30 i više minuta, kada se oštećuju moždane stanice i ugrožava život djeteta), kod trudnica jer lako uzrokuju prerani porod, a može štetiti i razvoju ploda. Kod povišene temperature, prava opasnost prijeti od dehidracije jer je ubrzan metabolizam i povećana je potreba za tečnošću. Zato kod povišene TT treba piti dosta tečnosti.

## KAKO SNIZITI POVIŠENU TJELESNU TEMPERATURU?

Opšte mjere i postupci za snižavanje temperature podrazumijevaju uzimanje što više tečnosti jer dehidracija dodatno povisuje temperaturu. Osoba s povišenom TT treba hranu u manjim obrocima, više puta, bogatu vitaminima i bjelančevinama, sa dosta tečnosti, čajeva, supa, kompota. Ne preporučuje se preslatka hrana, hrana koja nadima i mlijeko. Bolesnik treba biti lagano obučan u pamučnu odjeću u prostoriji na temperaturi 20–22°C, uz održavanje svakodnevne lične higijene, brigu o stolici i provjetrenoj i sunčanoj prostoriji.

Najbolja fizička metoda za snižavanje povišene TT je tuširanje mlakom vodom (temperature oko 35°C). Lice i glavu ne treba kvasiti. Trljanje kože frotirnim ručnikom kao i obloge u vidu umotavanja tijela natopljenom mlakom vodom ima slabiji efekat. Uvriježeno stavljanje obloga na manje

površine tijela (dlanovi, tabani) pogrešno je. Za skidanje temperature kod djece alkohol se ne preporučuje. Ovaj postupak u stvari dovodi do sužavanja krvnih sudova na periferiji tijela i centralizacije krvotoka, tako da ne dolazi do snižavanja temperature, ili, eventualno, nakon inicijalnog pada, temperatura poraste ponovo.

## LIJEKOVI ZA SNIŽAVANJE POVIŠENE TJELESNE TEMPERATURE - ANTIPIRETIKI

Antipiretici djeluju na termoregulacijski centar u mozgu. U njemu snižavaju termoregulacijsku tačku čime postepeno snižavaju tjelesnu temperaturu.

**Paracetamol** je djelotvoran u količini 10–15 mg/kg tjelesne težine svakih 4–6 sati. Ili izraženo na kašičice–na svakih 10 kg djeteta ide 1 originalna– 5ml kašičica lijeka. Ukoliko se pravilno koristi, u usporedbi s drugim antipireticima, ima najmanje neželjenih djelovanja. Za sigurno korištenje važno je da se ne smije prekoračiti propisana doza. Posebno oprezni moramo biti u novorođenčeta i dojenčeta do 3. mjeseca. Kod njih se primjena antipiretika izbjegava jer je njihova jetra nezrela i slabo razgrađuje i izlučuje lijek koji zaostaje u tijelu i može djelovati štetno. Stoga te lijekove također ne smijemo nekontrolirano koristiti u bolesnika s ozbiljnim bolestima jetre i bubrega. Štetan uticaj na jetru paracetamol ima samo u situacijama kad je predoziran.

Efikan antipiretik je i **acetilsalicilna kiselina**, ali se zbog neželjenih efekata – nekih vrlo opasnih – ne preporučuje za korištenje u djece mlađe od 16 godina. Acetilsalicilna kiselina može uzrokovati želučane smetnje, krvarenja, alergijske reakcije i astmatične napadaje. Može uzrokovati i Reyov sindromom koji je po život opasan, a oštećuje jetru i mozak.

Lijekovi iz grupe **nesteroidnih antireumatika**, osim antipiretičnog (protutemperaturnog) i izrazito analgetičnog (protiv bolova) imaju i antiflogistično (protuupalno) djelovanje. U toj su skupini npr. ibuprofen i diklofenak. Popularnost ibuprofena je velika zato što je energičniji u obaranju temperature i što efekat ovog lijeka duže traje, 6–8 sati. Brufen