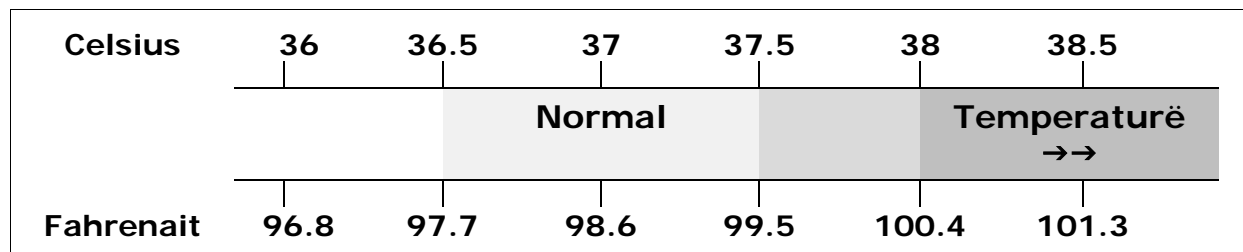


# Kujdesja për një fëmijë me temperaturë

(Caring for your child with a fever – Albanian Translation)

## Çfarë është temperatura?

- Temperatura normale e trupit është rreth 37°C (98.6°F). Temperatura e lartë tregon se temperatura e trupit të fëmijës tuaj është sipër normales.
- **Temperatura e lartë është zakonisht temperatura mbi 38°C (100.4° F).** Numri mund të ndryshojë pak, në varësi të faktit nëse temperatura u mor në gojën e fëmijës, nën sqetull apo në prapnicë.
- Temperatura e lartë është mënyra si lufton trupi ndaj një infeksioni.
- Temperatura mund ta bëjë fëmijën tuaj të ndjejë temperaturë të lartë, siklet, të ndihet irritues ose me dhimbje. Fëmija juaj mund të jetë më pak aktiv se zakonisht.
- Disa temperatura mund të zgjatin 2 deri në 3 ditë, edhe kur trajtohen me mjekime për temperaturën.



## Si ta mat temperaturën e fëmijës tim?

Ka tre mënyra për të matur temperaturën e një fëmije:

- poshtë gjuhës (orale)
- nën sqetull (nën krah)
- në prapnicë (rektale)



Termometrat e veshit dhe ballit mund të mos jenë të saktë dhe nuk rekomandohen.

Mënyra e duhur për të matur temperaturën e fëmijës tuaj varet nga mosha e tij. Nëse nuk jeni të sigurt se ç' duhet të bëni, pyetni infermierën para se të largoheni nga Departamenti i Emergjencës.

Temperatura e fëmijës tuaj mund të rritet pas një pije të nxehtë, pas një banjoje të nxehtë, në mot të nxehtë dhe gjatë ushtrimeve. Nëse mendoni se këto gjëra kanë ndikuar në temperaturën e fëmijës tuaj, pritni një orë dhe kontrollojeni përsëri.

## A është e vërtetë ajo që kam dëgjuar për temperaturën?

Dis gjëra që mund të keni dëgjuar për temperaturën janë vetëm mite. Kjo është e vërteta për temperaturën e fëmijëve.

 Mit	 E Vërtetë
Të gjitha temperaturat janë të këqija.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temperatura është mënyra si lufton trupi ndaj infeksionit.</li> <li>• Për shumicën e fëmijëve më shumë se 3 muajsh, temperatura zakonisht nuk është e dëmshme. Një bebe më e vogël se 3 muaj duhet të çohet te mjeku menjëherë.</li> </ul>
Temperatura mund të shkaktojë dëmtime në tru.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temperatura e shkaktuar nga infeksionet nuk dëmton trurin.</li> <li>• Vetëm temperatura mbi 42° C mund të shkaktojë dëmtime në tru. Kjo mund të ndodhë me goditje nxehtësie.</li> </ul>
Kushdo mund të pësojë kriza temperature.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Shumë pak fëmijë (vetëm 4%) kanë kriza që shkaktohen prej temperaturës.</li> </ul>
Krizat e temperaturës janë të dëmshme.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krizat e temperaturës zakonisht ndalojnë brenda 5 minutash dhe zakonisht nuk janë të dëmshme.</li> </ul>

✘ Mit	✔ E Vërtetë
Të gjitha temperaturat duhet të trajtohen me mjekime.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vetëm temperaturat që shkaktojnë siklet duhet të trajtohen me mjekime për të ulur temperaturën.</li> <li>Pa mjekim, temperatura prej infeksionit nuk do të vazhdojë të rritet. Më së shumti do të ndalojë në 39.4 to 40° C</li> </ul>
Temperaturat duhet të trajtohen me antibiotikë.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Shumica e temperaturave nuk kanë nevojë të trajtohen me antibiotikë. Antibiotikët nuk ndihmojnë në shërimin e një sëmundjeje të shkaktuar nga një virus.</li> <li>Antibiotikët jepen vetëm për disa infeksione të caktuara.</li> </ul>
Mjekimi i temperaturës ul temperaturën në normalitet	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mjekimet e temperaturave ulin temperaturën me një gradë ose dy. Ndërkohë që qetësohet, temperatura mund të rritet përsëri.</li> <li>Shumica e temperaturave shkaktohen nga viruset dhe mund të zgjatin deri në 3 ditë. Ndërkohë që sëmundja e shkaktuar nga virusi përmirësohet, temperatura ulet dhe rikthehet në normalitet.</li> </ul>
“Ushqejeni kur është ftohur, lëreni pa ngrënë kur është me temperaturë”	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kur ka temperaturë, jepini fëmijës tuaj shumë lëngje për të zëvendësuar lëngjet e humbura gjatë djersitjes dhe frymëmarrjes më të shpejtë se zakonisht.</li> <li>Nëse fëmija juaj është i uritur, jepini ushqimet që i pëlqejnë.</li> </ul>

## Çfarë duhet të bëj që ta ndihmoj fëmijën tim?

**Jepini fëmijës tuaj shumë lëngje ose ushqejeni më shpesh me gji.**

- Kjo zëvendëson lëngjet e humbura nga djersitja. Akulloret me lëngje frutash dhe pijet e ftohta ndihmojnë, por fëmija juaj mund të pijë çdo lloj pijesh që i pëlqejnë, përveçse nëse ka vjellje ose diarre. Nëse fëmija juaj ka të vjella ose diarre, mjeku ose infermieri do t’ju japë udhëzime të tjera.

### **Ndihmojeni fëmijën tuaj të ndihet mirë.**

- Një batanije mund të ndihmojë nëse fëmija juaj ndien të ftohtë ose ka ethe. Nëse fëmija juaj është i nxehtë dhe me djersë, ai ose ajo mund të duhet të heqë disa rroba.

### **Jepini mjekime për të ulur temperaturën.**

- Fëmija juaj mund të marrë Acetaminophen (Tylenon<sup>®</sup> ose Tempra<sup>®</sup>) ose Ibuprofen (Advil<sup>®</sup> ose Motrin<sup>®</sup>). Pyetni farmacistin tuaj për t'ju ndihmuar të zgjidhni produktin më të mirë për fëmijën tuaj. Ndiqni me kujdes udhëzimet në paketim. Sasia (doza) varet nga mosha dhe pesha e fëmijës tuaj.
- Acetaminophen (Tylenol ose Tempra) është zakonisht i disponueshëm në një supozitor. Ky lloj mjekimi vendoset në prapanicën e fëmijës tuaj (të ndenjura, rektum). Është një mënyrë e mirë për të trajtuar temperaturën nëse fëmija juaj ndihet sëmurë ose ka të vjella.

## **Kur duhet ta thërras mjekun?**

Thërrisni mjekun e familjes ose pediatrën nëse vini re **NDONJË** nga të mëposhtmet:

- Bebja juaj (më pak se 3 muajshe) ka:
  - një temperaturë mbi 37.5°C (99.5°F) të matur nën sqetull
  - një temperaturë mbi 38°C (100.4 °F) të matur në prapanicë
- Fëmija juaj (mbi 3 muajshe) ka temperaturë më shumë se 40°C (104°F)
- Fëmija juaj duket ose reagon shumë i sëmurë – për shembull: shumë i lodhur ose i dobët, nuk pi lëngje ose shumë e vështirë për tu zgjuar.
- Temperatura e fëmijës tuaj zgjat më shumë se 3 ditë.
- Fëmija juaj nuk ka patur lagje të bebelinave ose nuk ka urinuar për 12 orë.
- Jeni të shqetësuar për fëmijën tuaj.

**Nëse nuk jeni në gjendje të kontaktoni me mjekun e familjes ose e ndjeni se fëmija juaj nuk po përmirësohet, çojeni fëmijën në Departamentin e Emergjencave.**

**Nëse fëmija juaj kthehet në ngjyrë blu ose i ndalon frymëmarrja, telefononi 911.**

### Mjekime për temperaturën e fëmijës tuaj

Në Departamentin e Emergjencave, fëmijës tuaj i është dhënë \_\_\_\_\_ (mjekimi).

Hera e fundit që fëmijës tuaj i është dhënë ky mjekim ishte \_\_\_\_\_ (koha).

Doza tjetër mund t'i jepet në \_\_\_\_\_ (koha) nëse është e nevojshme.