

ATEŞ NEDİR? Ne Zaman Ciddiye Almalıyız?

Ateş Ne Demek?

Vücut ısısının normalden yüksek olması.

🧑 Normal ısı: 36.1°C - 37.8°C (makattan ölçülür).

😊 Çocuklarda ısı biraz daha yüksek olabilir, özellikle akşam saatlerinde.

Neden Ateşimiz Çıkar?

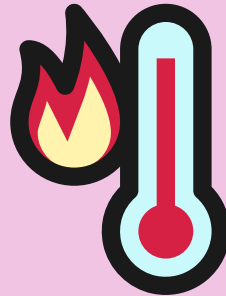
- Vücut, mikroplarla savaşırken "ısısını" artırır.
- Beyindeki "ısı termostatu" (hipotalamus) daha yüksek ısıya ayarlanır.
- Bu da vücudu alarma geçirir: titreme, üşüme, kalp atışlarının hızlanması vb.

Ateş Vücuda Nasıl Etki Eder?

- Metabolizma hızlanır (%10-12 artış her 1°C için!)
- Kalp & solunum sistemi zorlanır
- Sıvı ve kalori ihtiyacı artar
- Küçük çocuklarda: havale, huzursuzluk, halüsinasyon görülebilir

Ne Zaman Doktora Gitmeli?

- Ateş 40°C üzerindeyse
- Ateşle birlikte: döküntü, bilinç bozukluğu, uyku hali
- 3 aydan küçük bebeklerde her türlü ateş
- Ateş düşmüyorsa veya tekrar tekrar yükseliyorsa



Ateşi Nasıl Düşürürüz?

1) İlaçla

- Parasetamol (Calpol, Tylol, Minoset vs.)
 - Doz: kilo x 10 mg (her 4-6 saatte bir)
 - Günlük en fazla: kilo x 60 mg
 - Şurup içindeki mg'ı mutlaka kontrol et!
- İbuprofen (Dolven, İbufen, Pedifen)
 - Doz: kilo x 5-10 mg (her 6-8 saatte bir)
- Aspirin (salisilat): ÇOCUKLARA VERİLMEZ! (Yan etkisi yüksek)

2) Soğuk Uygulama

- Ilık banyo (29-32°C) — kesinlikle buzlu/alkollü su yok!
- Giysileri çıkar, çocuğu örtme! Titreme varsa bile üzerini örtme.

Minik Ama Önemli:

Bazı soğuk algınlığı ilaçları (A-ferin, Peditus vs.) zaten parasetamol içerir. Üzerini oku, fazla dozdan kaçın!