

تب

هدف کلی:

توانند سازی بیماران جهت آگاهی از بروز عوامل زمینه ساز اولیه ایجاد تب و پیگیری درمان آن

اهداف اختصاصی:

۱- علت ایجاد تب

۲- مصرف صحیح و مرتب داروها جهت درمان بیماری اولیه و قطع تب

۳- کاهش درجه حرارت بدن در کمترین زمان



دمای برابر یا بیش تر از 38°C تب محسوب می شود.

تب از علائم بیماری بوده و حالتی است که در آن دمای بدن جانوران خون گرم از مقدار طبیعی آن بیش تر شده و نقطه ثبت دمایی در مغز (*set-point*) جایجا می شود. تب نشانه مبارزه بدن در برابر عوامل بیماری زا است و گاهی نیز پاسخ دمایی دستگاه ایمنی بدن نسبت به عفونت های داخلی تلقی می شود. در واقع در گرمای حاصل از تب بسیاری از میکروکها توانایی رشد ندارند.^[۱] البته بحث و جدلهای زیادی در مورد بی فایده بودن تب در جریان است. نخستین پژوهش درباره دمای بدن در سال ۱۸۶۸ انجام گرفت و پژوهشگر آن، یک پزشک آلمانی به نام کارل وندریش بود.^[۲] در انسان که میانگین دمای طبیعی بدن 37°C است، دمای برابر یا بیش تر از 38°C (در حالت استراحت) تب به شمار می آید. تب بیش از 40°C تهدید بزرگی برای جان انسان محسوب می شود، چرا که عملکرد آنزیمها و سایر پروتئینهای بدن را دچار اختلال می کند. به تب $37,5^{\circ}\text{C}$ تا $37,9^{\circ}\text{C}$ تب خفیف گفته می شود.^[۴] ذکر گردید که تب باعث اختلال در فعالیت آنزیمهای بدن می شود، آنزیمها کاتالیزور یا کاتالیزگرهایی هستند که در واکنش های زیستی مهم درون سلول و در بدن مؤثرند. چون این آنزیمها در دمای معینی فعالیت دارند و در دمای بالا از بین می روند، تب بالا با از بین بردن این آنزیمها، در واکنش های زیستی بدن اختلال

ایجاد می‌کند. تشنج از نتایج تب بالاست. تب ۴۰ درجه و بیشتر، به ویژه در کودکان، نیازمند توجه و درمان سریع است. هنگامی که دمای بدن شخص به ۴۴,۴ تا ۴۵,۵ برسد، مرگ او حتی است.

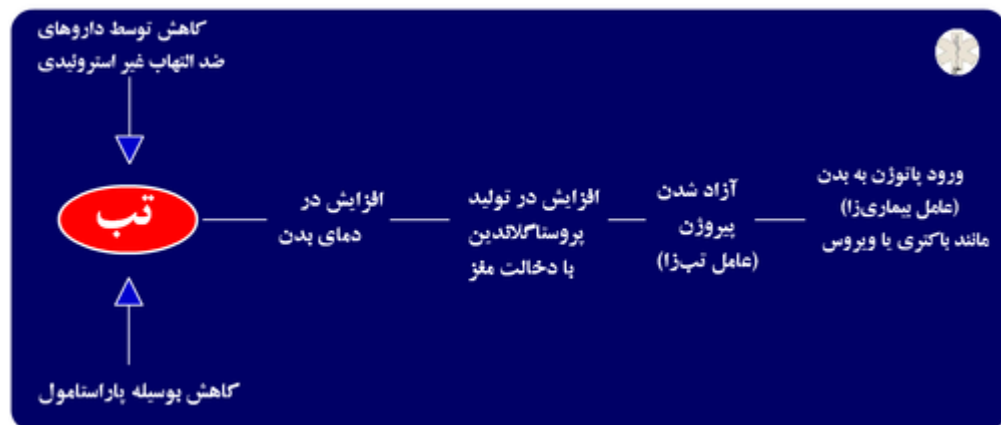
□

اندازه‌گیری دمای بدن:

دمای بدن با دماسنج طبی اندازه‌گیری می‌شود. دمای بدن می‌تواند از راه دهان (زیر زبان)، مقعد (دقیق‌ترین شیوه؛ که برای نوزادان و کودکان خردسال استفاده می‌شود)، زیر بغل یا پرده گوش (از طریق اندازه‌گیری اشعه‌های فروسرخ) انجام گیرد.

دمای به دست آمده از طریق دهان و زیر بغل نسبت به دمای به دست آمده از طریق مقعد پایین‌تر هستند (تفاوتی برابر $0,4^{\circ}\text{C}$ برای اندازه‌گیری از طریق دهان؛ $0,8^{\circ}\text{C}$ از طریق زیر بغل)؛ بنابراین این تفاوت باید به هنگام اندازه‌گیری میزان تب مورد توجه قرار گیرد.^[۴]

دمای طبیعی بدن انسان که از راه دهان و در حالت استراحت اندازه‌گیری شود برابر است با $36,8 \pm 0,4$ درجه سلسیوس. به این ترتیب هر دمایی که از طریق دهان اندازه‌گیری شود و بین $36,4$ و $37,2$ باشد طبیعی است.



عوامل ایجادکننده تب

تب نتیجه پاسخ دمایی در برابر عفونت‌ها و برخی از بیماری‌هاست:

- بیماری‌های عفونی چون آنفلوآنزا، سرماخوردگی، ایدز، مالاریا، گاستروآنتریت (التهاب ویروسی معده و روده‌ها) و مونونوکلئوز عفونی
- التهاب‌های پوستی چون کورک، آکنه و آبسه
- بیماری‌های نقص ایمنی چون سارکوئیدوز و لوپوس منتشر

- تخریب بافتها، همچون همولیز (تخریب گلبول‌های قرمز)، آنفراکتوس (مرگ ناگهانی همه یا بخشی از سلول‌های یک بافت به علت کمبود اکسیژن)، سندرم له‌شدگی، رابدومیولیز و خونریزی مغزی
- تب‌های حاصل از مصرف داروهایی چون لاموترین، پروژسترون و نیز شیمی‌درمانی؛ تب‌های حاصل از مصرف برخی داروها به عنوان اثر جانبی دارو (همچون آنتی‌بیوتیک)؛ و تب‌های حاصل از قطع برخی داروها چون هروئین و فنتانیل
- سرطاناتها، به‌خصوص سرطان خون، سرطان لنف و سرطان کلیه
- برخی اختلالات متابولیسم چون نقرس و پورفیری

درمان:

هر تبی لزوماً مورد درمان مستقیم قرار نمی‌گیرد. تب نشانهٔ مبارزهٔ بدن در مقابل عوامل بیماری‌زا است، و در صورتی که مقدار آن خیلی زیاد نباشد، اغلب داروهایی برای درمان بیماری، و نه درمان مستقیم تب مصرف می‌گردند. با این وجود، برای جلوگیری از افزایش تب و ایجاد نقص در بدن، تب باید دائماً کنترل شود.

برای تب کمتر از ۴۰ درجه به تنهایی نیازی به درمان نیست، مگر آن که پزشک ملاحظات دیگری دربارهٔ بیمار داشته باشد. به بیماریانی که تب دارند توصیه می‌شود به مقدار کافی مایعات بنوشند، چرا که تب موجب تبخیر آب بدن می‌شود. از آنجا که مصرف آب بیش از حد موجب هیپوناترمی (کاهش نمک‌های محلول در پلاسمای خون، به خصوص سدیم) می‌شود، مصرف سایر نوشیدنی‌ها نیز توصیه می‌شود.

بسیاری از بیماران به علت علائم تب از دارو استفاده می‌کنند. تب موجب افزایش تپش قلب می‌شود؛ و ممکن است به افراد مسن یا افرادی که دچار بیماری‌های قلبی و عروقی هستند فشار وارد کند.

برای پایین آوردن تب یا قطع آن از تب‌برهایی چون پاراستامول، ایبوپروفن و گاه آسپیرین استفاده می‌شود. استامینوفن و ناپروکسن هم با تب مرتبط هستند. مکانیسم اثر داروهای ضد تب، جلوگیری یا مختل کردن تولید یا فعالیت آنزیم‌های مربوط به سنتز (تولید) پروستاگلاندین است. علاوه بر مصرف دارو، استفاده از لباس یا حولهٔ مرطوب و خنک، پاشویه و حمام با آب ولرم موجب کاهش دمای بدن می‌شود. این روش برای نوزادان از اهمیت بالایی برخوردار است؛ چرا که تبختر است از مصرف دارو جلوگیری شود.

همچنین دمای بدن می‌تواند از طریق تبخیر (عرق کردن) یا جریان همرفتی کاهش یابد.

منبع:مدلاین پلاس