

Primo Soccorso in casa : La Febbre

Inviato da Marista Urru
giovedì 21 gennaio 2010

Nella maggioranza dei casi è la reazione del corpo a una infezione anche lieve.

Il primo soccorso consiste nell'–alleviare il disagio e prevenire la disidratazione e la possibilità di convulsioni nei bambini piccoli.

Piuttosto che cosa fare è preferibile dire cosa non fare!

No alle frizioni con
–uso di alcool,

no ai bagni con acqua
fredda e impacchi ghiacciati.

Le mamme la conoscono
bene, la febbre!

Quando i bambini hanno un rialzo della temperatura scatta in casa, l'allarme rosso:

"Presto, dottore, venga!
Il bambino ha la febbre altissima!

"Quanto?"

"38.5°", risponde la mamma preoccupatissima.

Naturalmente, il medico, non si precipita per così poco! Si fa il suo giro di visite domiciliari poi va a casa del piccolo paziente.

Storia diversa se il bambino di casa è un ventenne!

Per la madre, termometro bipede vivente, un rialzo della temperatura dell'infante cresciuto non è così drammatica.

"Quante storie per 37,5 di febbre!" Esclama impietosamente, "Vai dal dottore!"

"Mi sento a pezzi, chiamalo che venga a casa!" implora il ragazzino temendo chissà quale morbo.

Due modi differenti di affrontare la febbre.

Ma da dove proviene

questo rialzo della temperatura corporea?

La perfetta macchina che è il nostro corpo, possiede, nel cervello, una sorta di termostato che mantiene sotto stretto controllo la nostra temperatura.

La temperatura è individuale, in base all'età, talvolta anche allo stile di vita adottato.

Negli individui anziani la temperatura è più bassa, in condizioni di buona salute si mantiene intorno ai 36,5°C (al di sotto di questi valori sta iniziando una mutazione in … rettile!)

Nei bambini il valore è generalmente superiore, 36,8-37°C.

Questo termostato cerebrale, per mantenere costante la temperatura fa disperdere il calore in eccesso attraverso la sudorazione e la vasodilatazione, al contrario, per trattenere il caldo restringe i vasi sanguigni (vasocostrizione).

Quando fuori fa freddo il nostro organismo si difende attraverso il calore prodotto da ciò che ci alimentiamo.

Non a caso d'inverno tendiamo ad avere un'alimentazione più calorica, i cibi sono ricchi di grassi e proteine, mentre d'estate gli stessi cibi, proprio non ci vanno giù e preferiamo verdure fresche, frutta, beviamo più del normale.

La febbre tende ad accelerare il nostro metabolismo, consuma i grassi e le proteine che ha immagazzinato, il cuore e i polmoni aumentano i loro ritmi, i bambini si allungano! (Non è leggenda! Dopo un attacco febbrile, i ragazzini diventano più alti).

Durantente gli attacchi

febrili si nota un aumento delle pulsazioni cardiache, il respiro è affannoso. Tutti gli apparati vitali sono concentrati per combattere un nemico che si è introdotto nel nostro organismo.

I valori: la febbre si considera alta quando si avvicina a 39°C (orale), 39.5°C (rettale), 38° (esterna).

Prima di abbassarla con antipiretici, se i valori si mantengono costanti tra 37,8-38°, si possono utilizzare metodi naturali:

-alleggerire coperte e indumenti del malato,

-sommministrargli bevande a temperature ambiente (mai ghiacciate)

-spugnature con acqua tiepida badando che il corpo non si raffreddi troppo.

La febbre molto alta diventa pericolosa in coloro che hanno l'organismo già debilitato, gli anziani o i bambini (pericolo di convulsioni)

Spesso il rialzo della temperatura ha una funzione utile, stimola le difese immunitarie dell'organismo "debitando" l'azione dei microrganismi nocivi.

Registriamo l'andamento della temperatura, misurandola lontana dai pasti e con il corpo a riposo.

Avvisiamo il medico di famiglia o il pediatra comunicando le notizie utili che gli consentono di avere un quadro della situazione.

Portarlo a conoscenza se il nostro familiare febbricitante è stato a contatto con persone colpite da virus (varicella, morbillo, influenza ecc.).

L'informazione è molto importante.

E' preferibile non somministrare antipiretici o farmaci simili senza il parere del medico, in modo particolare se i bambini sono al di sotto di 1 anno.

Esistono luoghi di aggregazione che sono veri e propri serbatoi di virus: scuole, asili, luoghi di lavoro, uffici pubblici.

Non esiste una vera e propria prevenzione, se non quella di evitare i contagi se esiste un reale pericolo di contagio.

Se si viene a contatto con persone che hanno in atto una qualsiasi malattia di tipo virale, se ci sono già i segnali di febbre, avvisare subito il medico e saprà consigliare il comportamento più idoneo da adottare.

(Se questo succede in giornate festive e il nostro medico è irreperibile, esiste la guardia medica o una telefonata al reparto di pediatria di un ospedale, se si tratta di bambini piccoli, per gli adulti se proprio non si trova nessun medico, tanto vale "scomodare" i medici del 118 e chiedere cosa fare)