

La febbre

- La febbre (temperatura superiore a 38°) è un sintomo molto frequente nei bambini, è spesso causa di ansia per i genitori, che si rivolgono all'ospedale, anche se è meglio che un bambino con la febbre venga curato a casa, perché nella stragrande maggioranza dei casi si risolve da sola senza problemi
- non è una malattia, è un importante ed efficace sistema di difesa che aiuta il bambino a combattere le infezioni e così come sale, può anche scendere da sola.
- non è vero che tanto più è alta e tanto più grave è il bambino; né che la febbre alta è indice di per sé di meningite.
- quasi tutti i bambini si riprendono dalla febbre rapidamente (in genere 3-5 gg) senza problemi. Solo in una piccola percentuale di casi la febbre persiste/aumenta, o le condizioni generali del bambino peggiorano e allora il bambino va visitato dal pediatra
- se tuo figlio è particolarmente sofferente, se la febbre è elevata, se sei preoccupato e non sai cosa fare per aiutarlo, puoi naturalmente rivolgerti al tuo pediatra anche prima.

– Porta tuo figlio dal pediatra curante o, in sua assenza, in Pronto Soccorso, prima che puoi se ha meno di 3 mesi e ha 38° o più, oppure se ha più di 3 mesi e ha 38° da oltre 48 ore, oppure se ha 3- 6 mesi e ha 39°, anche se non ha altri sintomi. A questa età la febbre è un evento raro e può essere anche l'unico segno di una infezione o di una malattia seria.

– Nei bambini più grandi la febbre va considerata come un aiuto, non richiede alcun trattamento tranne i farmaci contro la febbre, quando supera il 38.8°, o quando il bambino è molto sofferente e si lamenta. Lo scopo è far stare meglio il bambino, non normalizzare la temperatura, perché è il sistema che il bambino usa per difendersi dalle infezioni e ridurla, può prolungarne la durata.

Cosa posso fare a casa se mio figlio ha la febbre

- Misurare la temperatura con il termometro sotto il braccio o nell'orecchio.
- Controllare che non sia semplice ipertermia (è troppo coperto, ha preso troppo sole o caldo, ha corso ad es. a lungo) in questo caso basta rinfrescarlo e farlo bere molto liquidi freschi.
- Se la T° supera il 38.8° o se il bambino è molto sofferente e si lamenta, puoi somministrare farmaci per la febbre, come Paracetamolo o Ibuprofene. Il Paracetamolo è da preferire, l'Ibuprofene può essere usato solo dopo i 6 mesi di vita, salvo diverso parere del pediatra curante.
- I due farmaci vanno usati solo se effettivamente necessari e alle dosi corrette, perché possono avere effetti collaterali. Quindi non vanno alternati, né dati contemporaneamente e vanno somministrati solo al sintomo, non ad orario. Nel dubbio: consulta il tuo pediatra prima di somministrarli, soprattutto se il tuo bambino ha meno di 2 anni.
- Non usare farmaci per adulti, usa solo quelli per bambini.
- Controlla il bambino anche durante la notte, ma non svegliarlo solo per misurargli la febbre, il sonno è più importante
- Vestilo leggero quando ha la febbre, fallo riposare in una camera fresca e dagli spesso da bere liquidi a lui graditi (se lo allatti al seno è essenziale continuare a farlo), così da prevenire la disidratazione (bocca secca, niente lacrime, occhi infossati, pannolino asciutto, fontanella depressa nei più piccoli)

Chiamo il pediatra se mio figlio:

- ha una malattia cronica o una disabilità che può aumentare il suo rischio in caso di febbre (es. cardiopatie a rischio di scompenso)
- sembra peggiorare nonostante le cure:
 - se ha mal di gola, male alle orecchie, dolore mentre fa pipì o se male alla pancia
 - non sfebbra neanche dopo l'antipiretico e lamenta intensa cefalea
 - piange in maniera inconsolabile
 - piange con un tono diverso dal solito più acuto e più stridulo
 - bagna meno pannolini del solito (in un neonato sono in genere 6-8 al giorno)
 - quando respira: rientrano le costole, respira molto veloce, rumorosamente e con difficoltà

- *non riesce a bere e a mangiare regolarmente*
- *non può muovere il collo o ha il torcicollo*
- *è sonnolento e è difficile svegliarlo*
- ha febbre persistente da oltre 5 gg.
- ha una crisi convulsiva durante la febbre (soprattutto se è la 1°)*

Quando devo andare in Pronto Soccorso se mio figlio ha la febbre:

La maggior parte delle malattie dei bambini con febbre alta non sono emergenze, ed è meglio evitare il pronto soccorso, dove la visita sarà probabilmente più stressante e l'attesa molto più lunga di una normale visita ambulatoriale: il tempo medio di attesa di un paziente in un pronto soccorso è di alcune ore.

I medici in PS vedono i pazienti in ordine di gravità, non di arrivo, se ad esempio un bambino non presenta gravi difficoltà respiratorie (60-70 atti respiratori al minuto sotto l'anno e oltre 40 sopra l'anno, respira solo "con la pancia" e rumorosamente, con rientramenti della fossetta del collo e delle costole), oppure se non è gravemente disidratato al punto che non riesce ad alimentarsi per bocca, oppure non è in stato di incoscienza magari per una crisi convulsiva, ma è vigile e magari piange perché ha febbre alta e mal d'orecchio, rischia di aspettare molte ore e di essere esposto al rischio di ulteriori infezioni durante l'attesa. Fino a quando è possibile ottenere un miglioramento con cure a casa e magari paracetamolo o ibuprofene alleviano il dolore e riducono la febbre, un bambino non è in pericolo di vita ed è meglio che venga visitato dal suo curante, che conosce bene la sua storia clinica e la sua famiglia.

Ovviamente ci possono essere situazioni intermedie o insorte durante la notte o i festivi, oppure si può essere impauriti e preoccupati e non sapere bene cosa fare. Comunque è bene cercare di chiamare prima di tutto il proprio medico curante, preparandosi a fornirgli telefonicamente il maggior numero di dettagli possibili (da quando sono iniziati i sintomi, l'andamento della temperatura, la frequenza di vomito o diarrea, l'alimentazione ecc.), con carta e penna a disposizione, per segnarsi le sue indicazioni.

Se il pediatra curante non è disponibile e le condizioni del bambino sono preoccupanti al punto che non sembra accettabile aspettare la mattina o il giorno lavorativo successivi, si andrà in PS portando tutte le medicine che il bambino assume e tutte le informazioni che lo riguardano.

Quindi è bene andare in PS solo quando il curante non è disponibile e il bambino:

- ha meno di 3 mesi e ha 38° o più, oppure se ha più di 3 mesi e ha 38° da oltre 48 ore, oppure se ha 3- 6 mesi e ha 39° o più, anche se non ha altri sintomi. *A queste età la febbre è un evento raro e può essere anche l'unico segno di una infezione o di una malattia seria.*
- non riesce a bere e a mangiare regolarmente
- non può muovere il collo o ha il torcicollo
- è molto sonnolento, è difficile svegliarlo
- compaiono sulla cute macchie rosso scuro che non scompaiono alla pressione
- ha una crisi convulsiva durante la febbre (soprattutto se è la 1°)*

**La febbre si può associare a convulsioni febbrili, condizione benigna di cui soffrono meno del 5% dei bambini, su base ereditaria, queste si manifestano indipendentemente da quanto è alta la febbre e soprattutto nel primo giorno di febbre. Non provocano danni al cervello, ma è giustificato portare il bambino in PS almeno al 1° episodio, soprattutto se il bambino ha meno di 1 anno. Negli episodi successivi, solo se durano oltre 5').*

<http://www.parents.com/baby/injuries/first-aid/bringing-children-to-the-hospital/>
<http://www.nice.org.uk/guidance/cg160/resources/guidance-feverish-illness-in-children-pdf>