

تب :

تب از علائم بیماری بوده و حالتی است که در آن دمای بدن جانوران خونگرم از مقدار طبیعی آن بیش تر شده و نقطه ثبت دمایی در مغز (set – point) جابجا می شود . تب نشانه مبارزه بدن در برابر عوامل بیماری زا است و گاهی پاسخ دمایی دستگاه ایمنی بدن نسبت به عفونتهای داخلی تلقی می شود . در واقع در گرمای حاصل از تب بسیاری از میکروبها توانایی رشد ندارند . در انسان که میانگین دمای طبیعی بدن ۳۷ درجه سانتی گراد است . دمای برابر یا بیشتر از ۳۸ درجه سانتی گراد (در حالت استراحت) تب به شمار می آید تب بیش از ۴۰ درجه تهدید بزرگی برای جان انسان محسوب می شود ، چرا که عملکرد آنزیمها و سایر پروتئینهای بدن را دچار اختلال می کند . به تب ۳۷/۵ تا ۳۷/۹ تب خفیف گفته می شود . 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 حتمی است .

اندازه گیری دمای بدن :

دمای بدن با دماسنج طبی اندازه گیری می شود . دمای بدن می تواند از راه دهان (زیر زبان) ، مقعد (دقیق ترین شیوه که برای نوزادان و کودکان خردسال استفاده می شود) ، زیر بغل یا پرده گوش انجام گیرد .

دمای طبیعی بدن انسان که از راه دهان و در حالت استراحت اندازه گیری شود برابر است با (۰/۴ + و - ۳۶/۸) درجه سانتی گراد . به این ترتیب هر دمایی که از طریق دهان اندازه گیری

شود و بین ۳۶/۴ و ۳۷/۲ باشد طبیعی است .

با این وجود ، موارد بسیاری هستند که در تغییر دمای بدن نقش دارند و باید هنگام اندازه گیری مورد توجه قرار گیرند . سن ، لباس های فرد ، دمای اتاق و ساعات مختلف شبانه روز در طول روز در دمای بدن تاثیر می گذارند . دمای بدن در طول شبانه روز به طور طبیعی تغییر می کند . کمترین دمای بدن در حدود ساعت ۴ صبح ، و بیشترین دما حدود ساعت ۱۸ است (البته به شرط اینکه عادت فرد این باشد که در روز بیدار باشد و در شب بخوابد) . به این ترتیب ، دمای ۳۷/۵ درجه سانتی گراد که از طریق دهان و به هنگام عصر گرفته شده باشد ، الزاما تب نیست ، در حالی که همین دما صبحگاه تب محسوب می شود .

به هنگام اندازه گیری دمای بدن از طریق دهان باید در نظر داشت که خوردن ، نوشیدن و سیگار کشیدن حداقل ۲۰ دقیقه قبل از اندازه گیری موجب تغییر دمای دهان می شود . دمای بدن پس از صرف غذا افزایش می یابد . نکته دیگر اینکه به طور متوسط ، دمای بدن زنان به مدت ۱۴ روز پس از تخمک گذاری ۱ درجه سانتی گراد افزایش می یابد .

به علاوه ، عوامل روان شناختی نیز موجب تغییر دمای بدن می شوند .



علت تب و مکانیسم پاسخ التهابی :

دمای بدن توسط هیپوتالاموس تنظیم می شود . عوامل تب را موجب پاسخ و عملکرد هیپوتالاموس می شوند و هیپوتالاموس ، پروستاگلاندین بیشتری تولید می کند و در نتیجه تب ایجاد می شود .



عوامل ایجاد کننده تب :

* بیماریهای عفونی چون آنفولانزا ، سرما خوردگی ، ایدز ، مالاریا ، گاسترو آنتریت (التهاب ویروسی معده و روده ها) و مونو نوکلوژ عفونی

* التهابات پوستی چون کورک ، آکنه و آبسه

* بیماریهای نقص ایمنی چون سارکوئیدوز و لوپوس منتشر



شناسنامه پمفلت آموزشی	
عنوان	تب
تهیه و تدوین	صدیقه کمانی - کارشناس پرستاری واحد آموزش سلامت
مشاور علمی	آقای دکتر خلیل پور
سال تهیه	بهمن ماه ۱۴۰۴
کد پمفلت	AW6-62
www.goldis.mui.ac.ir - بیمارستان گلдіس شاهین شهر	
منابع علمی: مراقبت های پرستاری برونر و سودارث	

پیش از آن که آنتی بیوتیکها ابداع شده و به بازار بیایند ، برای درمان سیفلیس عصبی ، به طور عمدی و مصنوعی ، در بیمار تب ایجاد می کردند که این عمل نتیجه بخش هم بود .

درمان :

هر تبی لزوما مورد درمان مستقیم قرار نمی گیرد . به بیمارانی که تب دارند توصیه می شود به مقدار کافی مایعات بنوشند ، چرا که تب موجب تبخیر آب بدن می شود . از آنجا که مصرف آب بیش از حد موجب هیپوناترمی (کاهش نمک های محلول در پلاسما ی خون ، به خصوص سدیم) می شود ، مصرف سایر نوشیدنی ها نیز توصیه می شود . تب موجب افزایش تپش قلب می شود و ممکن است به افراد مسن یا افرادی که دچار بیماری های قلبی و عروقی هستند فشار وارد کند .

برای پایین آوردن تب از تب برهائی مانند استامینوفن ، پاراستامول ، ایبو پروفن و گاه آسپرین استفاده می شود و ناپروکسن هم گاهی استفاده می شود . علاوه بر مصرف دارو ، استفاده از لباس یا حوله مرطوب و خنک ، پاشویه و حمام با آب ولرم موجب کاهش دمای بدن می شود .



* تخریب بافتها ، همچون همولیز (تخریب گلبول های قرمز) ، انفارکتوس (مرگ ناگهانی همه یا بخشی از سلول های یک بافت به علت کمبود اکسیژن) ، سندرم له شدگی ، خونریزی مغزی

* تب های حاصل از مصرف داروهایی چون پروژسترون و نیز شیمی درمانی . تب های حاصل از مصرف برخی داروها به عنوان اثر جانبی دارو همچون آنتی بیوتیک ها و تب های حاصل از قطع برخی داروها چون هروئین و فنتانیل

* سرطانها به خصوص سرطان خون ، سرطان لنف و سرطان کلیه
* برخی اختلالات متابولیسم چون نقرس و پور فیوری

فواید تب :

از لحاظ علمی ، تب پاسخ ایمنی است که به بدن کمک می کند تا در برابر عوامل بیماری زا مقابله کند ، و از این نظر مفید است . تب مانع از رشد و حتی مرگ برخی از عوامل بیماری زا می شود . به علاوه ، بالا رفتن دمای بدن موجب تکثیر گلبول های سفید و افزایش بازده آن ها در مقابل میکروبها می شود .

تحقیقات نشان می دهد که تب آثار موثری بر بهبودی دارد :

- * افزایش تحرک گلبول های سفید
- * تقویت فاگوسیتوز در گلبول های سفید
- * تکثیر لنفویست ها
- * افزایش میزان پادتن