

روش انجام تن شویه:

پارچه تمیزی را در یک ظرف آب ولرم کاملاً خیس کنید. آب آن را بگیرید و بر روی سطح بدن کودک در نواحی شکم- پشت- گردن-کشاله های ران- و زیر بغل بکشید.



از قرار دادن پارچه خیس بمدت طولانی بر روی بدن کودک خودداری کنید. زیرا باعث لرز کودک میشود.

تن شویه را بصورت مداوم به مدت بیست دقیقه ادامه دهید

مثال : کودک 6 کیلویی : 3سی سی

3- هنگام استفاده از شیاف مقدار مناسب برابر با پانزده برابر وزن کودک شما میباشد. که هر شش ساعت تا کاهش تب استفاده شود.

شیاف استامینوفن 125 میلی گرمی می باشد
• مثال : کودک 7 کیلویی 100 میلی گرم یا 2/3 شیاف



روش انجام تن شویه و استفاده از

استامینوفن

از راههای کنترل تب در کودکان استفاده از دارو و تن شویه میباشد.

یکی از رایجترین داروهای مورد استفاده استامینوفن است که در صورت استفاده صحیح در کاهش تب موثر است.

برای استفاده درست از این دارو دانستن نکات زیر ضروری است:

1- در صورتی که از قطره استفاده می کنید مقدار مناسب دارو دو برابر وزن کودک یا نوزاد شما میباشد که هر چهار ساعت تا زمان کاهش تب استفاده شود.

• مثال : کودک 4 کیلویی ، 8 قطره

2- در صورتی که از شربت استفاده میکنید مقدار مناسب برابر با نصف وزن کودک شما میباشد. که هر شش ساعت تا کاهش تب استفاده شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران

مرکز آموزشی درمانی امیرالمومنین (ع)

آموزش به بیمار

روش انجام تن شویه و

استفاده از استامینوفن



واحد آموزش مرکز
تایید کننده: دکتر آیتی
متخصص کودکان

ATF288/0/98.10

توجه:



در صورت ادامه تب (38
درجه به بالا) علیرغم مصرف
دارو و انجام تن شویه حتماً به
بیمارستان یا نزدیکترین مرکز
درمانی مراجعه کنید.

نکته:

در صورتی که از قاشق برای دادن دارو به
کودک استفاده میکنید نکات زیر را به خاطر
داشته باشید:

حجم یک قاشق چایخوری برابر با 1 سی
سی میباشد.

حجم یک قاشق مربا خوری برابر با 2/5 سی
سی میباشد.

حجم یک قاشق غذاخوری برابر با 5 سی
سی میباشد.

