

روش انجام تن شوپه:

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 شوپه را بصورت مداوم به مدت بیست دقیقه ادامه دهید

مثال : کودک ۶ کیلویی : ۳ سی سی

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

شیاف استامینوفن ۱۲۵ میلی گرمی می باشد

• مثال : کودک ۷ کیلویی ۱۴۰ میلی گرم



روش انجام تن شوپه و استفاده از

استامینوفن

از راههای کنترل تب در کودکان استفاده از دارو و تن شوپه 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:

۱- 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 ۴ کیلویی ، ۸ قطره

۲- 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.



مركز آموزش و پژوهش درماني

مركز آموزشى پژوهشى درماني
اميرالمومنين (ع)
آموزش به بیمار

روش انجام تن شویه و استفاده از استامینوفن

واحد آموزش مرکز
تأیید کننده: دکتر رضایی

ATF288/3/03.03



آدرس سایت بیمارستان :
<https://amirhos.semums.ac.ir>

توجه:



در صورت ادامه تب (۳۸ درجه
به بالا) علیرغم مصرف دارو و
انجام تن شویه حتماً به
بیمارستان یا نزدیکترین مرکز
درماني مراجعه کنید.

منبع: کتاب نلسون کودکان

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 سی سی
میباشد.

حجم یک قاشق مربا خوری برابر با ۲/۵ سی
سی میباشد.

حجم یک قاشق غذاخوری برابر با ۵ سی
سی میباشد.

