

# Szülői tájékoztató

**Dr. Ruzsa Mária**

házi gyermekorvos, Vác IV. sz. házi gyermekorvosi praxis

**Rendelő:** Vác, Deákvári főtér 29.  
**Rendelő telefon:** 06 27 412545  
**Mobil:** 06 70 7015980 (H-P 08:00-18:00, rendelési időn kívül)  
Kérem, hogy időpontfoglalás céljából a vezetékes számot hívják, a rendelés előtti fél órában.  
**E-mail:** [info@drruzsa.hu](mailto:info@drruzsa.hu)  
**Honlap:** [www.drruzsa.hu](http://www.drruzsa.hu)

Amennyiben rendszeresen szedett gyógyszerhez, tápszerhez recept, illetve rendszeres gondozásra beutaló kérése lenne, azt e-mailben is kérheti.

Amennyiben a felírt gyógyszert, tápszert, oltóanyagot a szomszédos patikában szeretné kiváltani, akkor **kérésére** az adott receptet a szomszédos patikába átadjuk. Minden egyéb recept, illetve megbeszélés szerinti irat (táppénzes papír, igazolás, beutaló stb.) a rendelőben vehető át.

## Betegrendelés:

Hétfő 12:00 - 16:00

Kedd 10:30 - 12:30

Szerda 15:00 - 18:00

Csütörtök 08:00 - 11:00

Péntek 08:00 - 11:00

Minden hónap 3. szerdáján kötelező továbbképzés miatt nincs rendelés.

## Tanácsadás (időpont egyeztetés szükséges):

Kedd 08:00 - 10:00

## Fontos információk

Annak érdekében, hogy egyszerre kevesen, és rövid ideig várukozzanak a vizsgálatra, **kérjenek**, vagy **foglaljanak időpontot**.

Internetes időpontfoglalás: a [www.drruzsa.hu](http://www.drruzsa.hu) oldalon, az "Időpontfoglalás" menüpont alatt.

A rendelések előtti fél órában van lehetőség **telefonos időpontkérésre**, illetve **telefonos megbeszélésre**. Kérem Önöket, ez idő alatt hívjanak minket, a zavartalan betegellátás érdekében. Időpontfoglalásnál kérem jelezzék a problémát, tüneteket, mivel ha összetett, illetve elhúzódó a probléma, esetleg több gyermeket hoznak vizsgálatra, abban az esetben nagyobb időszávot biztosítunk!

A 0-3 éves gyermekeknél, a délelőtti rendelések előtti fél órában, **vérvételre**, torokváladék-mintavételre is lehetőség van a rendelőben, **amennyiben a szülő vállalja**, hogy beviszi a mintát a kórházi laboratóriumba. Időpontkérés szükséges.

## Tájékoztítás az iskolai hiányzások igazolásáról

Iskolai hiányzásról igazolást utólag nem állítunk ki.

Kérjük a szülőket, hogy a vizsgálatra mindig hozzák/küldjék a gyermek ellenőrző könyvét, tájékoztató füzetét vagy egyéb, az igazolás beírására alkalmas füzetét.

Az igazolás minden esetben a rendelőben vehető át, azt nem adhatjuk át a szomszédos patikába.

## Mikor forduljunk sürgősséggel gyermekgyógyászati ellátáshoz, ügyelethez?

Az Országos Gyermekegészségügyi Intézet és  
a Házi Gyermekorvosok Országos Egyesületének ajánlása alapján

### 1. Milyen esetekben forduljanak mentőhöz illetve orvosi ügyelethez?

A csecsemők és kisgyermekek állapota rövid idő alatt változhat, súlyosbodhat, ezért, ha gyermekénél az alábbi aggasztó tüneteket tapasztalja, kérjen mielőbb segítséget!

### 2. A mentőket riassza (telefon: 104), és kezdje meg az elsősegélynyújtást az alábbi esetekben:

- **Ha a gyermek nem vesz levegőt, eszméletlen, pulzusa nem tapintható.**
- **Egyes légzésszavarok esetén:** nehézlégzés, fulladás, leszűrkülés, elkékülés, ugató köhögési rohammal kísért nehéz, húzó belégzés, hirtelen bekövetkező rekedtség kínzó légszomjjal, hirtelen kialakuló heves mellkasi fájdalom.
- **Sérülések, balesetek esetén:** láthatóan súlyos sérülés, észlelhető csonttörés, magasból leesés, nagy vérzés, vérvesztés, eszméletvesztéses fejsérülés, égés, forrázás, fagyás, kihülés, vízbefúlás, mérgezés, idegentest félrenyelése, áramütés, vagy ezek gyanúja, állat súlyos harapása, kígyó marása.
- **Idegrendszeri tünetek esetén:** eszméletlenség, eszméletzavar, eszméletzavarral járó izomrángatózások, feltűnő aluszékonyság, szokatlan heves nyugtalanság, merev tarkó, csillapíthatatlan fejfájás, erős kínzó szédülés, hirtelen látászavar, kettős látás, öngyilkossági kísérlet.

### 3. Gyermekorvosi ügyelethez forduljon elsősorban az alább felsorolt esetekben:

**Ügyelet helye: Jávorszky Kórház, Vác, Argenti Döme tér 1-3.**

**Telefon: 06 27 620620 / 1276 mellék vagy 06 30 6632500**

Hétköznap: 16-08 kórház, gyermekosztály (7. emelet)

Hétvége: 08-16 gyermekszakrendelő (2. emelet)

- **Egyes lázas állapotok esetén:** láz 3 hónapnál fiatalabb csecsemőnél, szabályos lázcsillapítás ellenére sem enyhülő magas láz, láz súlyos, elesett állapottal, láz+kiütések.
- **Egyes légúti tünetek esetén:** kínzó, nem csillapodó köhögés, nehezített ugató köhögés, sípoló nehézlégzés, légúti betegségben hirtelen rosszabbodás, fájdalomcsillapítás ellenére is fennálló kínzó fülfájás.
- **Hasi tünetek esetén:** csillapíthatatlan görcsös hasfájás, kínzó haspuffadás, szelek elakadása, súlyos, ismétlődő hányás, hasmenés (kiszáradásra utal ha több órája száraz a pelenka), csecsemőnél véres széklet, erős alhasi fájdalom, erős nőgyógyászati vérzés, a here fájdalmas duzzanata esetén.
- **Vizeletürítési zavarok esetén:** vizeletürítés több, mint 12 órás hiánya, gyakori fájdalmas vizeles lázzal, véres vizelet nagy hasi fájdalommal.
- **Veszélyes allergiás állapot esetén:** hirtelen bekövetkező, rekedtséggel járó nehezített belégzés, rovarcsípés kifejezett fej/nyak és szemhéj duzzanattal, nagy testfelületre kiterjedő csalánkiütés.
- **Egyes bőrtünetek esetén:** terjedő bőrvérzések, sárgaság, kiterjedt bőrkiütések lázzal.
- **Szociális sürgősség esetén:** ha a gyermeket felügyelet nélkül hagyják, elhanyagolás, bántalmazás jelei vannak.

### 4. Indokolatlannak tekinthető az ügyelethez fordulás, ha a gyermeknek:

- enyhe náthája, kevés köhögése, csak hőemelkedése van, vagy láza csillapítható,
- kevés, nem terjedő kiütése van, általános állapota jó, kullancsot kell kivenni,
- hasmenése, nem ismétlődő hányása, székrekedése van jó állapot mellett,
- receptírás: a szokásos tápszere, állandó gyógyszere elfogy

### 5. Enyhébb esetekben igénybe lehet venni a központi orvosi ügyeletet. (Vagy várják meg a másnapi háziorvosi vagy hétvégi sürgősségi gyermekrendelést.)

#### **Központi orvosi ügyelet:**

Hétfő-csütörtök: 19-07, péntek 16-tól hétfő 07-ig. Ünnepnapokon 24 órában.

Vác, Dr. Csányi L. krt. 47., ÁNTSZ épület, földszint.

Tel.: 06 27 306090

Amennyiben lehetséges, a kórházi gyermekosztályon csak indokolt, fent felsorolt (3. pont, „gyermekorvosi ügyelethez fordulás” cím alatt) sürgős esetekben illetve beutalóval jelentkezzenek!

A gyermekosztályos ügyeletessel telefonon is lehet konzultálni: 06 27 620620 / 1276 vagy 06 30 6632500.

**Hétfélig sürgősségi gyermek ellátás:**

Gyermekszakrendelőben, Tel.: 06 27 620620 / 1466

Szombat, vasárnap, ünnepnap: 08-16 óráig.

Előtte a kórház sürgősségi betegfelvételénél (SBO) be kell jelentkezni.

**Gyermekek kórházi ellátása:**

Jávorszky Ödön Kórház, Újszülött-, Csecsemő-, és Gyermekosztály

Vác, Argenti Döme tér 1-3. Tel.: 06 27 620620 / 1276 mellék vagy 06 30 6632500.

**Életveszélyben:** Mentőszolgálat: 104

**Gyógyszertári ügyelet:**

<http://patikavilag.hu/vac>

**Hasznos honlapok:**

Balesetmegelőzés, lázcsillapítás, védőoltások: [www.ogyei.hu](http://www.ogyei.hu)

Védőoltások: [www.vedooltas.blog.hu](http://www.vedooltas.blog.hu), [www.vedooltas.lap.hu](http://www.vedooltas.lap.hu), [www.vacsatc.hu](http://www.vacsatc.hu), [www.baranyhimlo.hu](http://www.baranyhimlo.hu),  
[meningococcus.hu](http://meningococcus.hu)

Szoptatás: [www.sztnb.hu](http://www.sztnb.hu) <http://www.sztnb.hu/>

Terhesség, szülés, csecsemő gondozás, szoptatás: [www.felicitas.hu](http://www.felicitas.hu) <http://www.felicitas.hu/>

Betegségekről általában: [www.webbeteg.hu](http://www.webbeteg.hu) <http://www.webbeteg.hu/>

Epilepszia: [www.epilepsia.hu](http://www.epilepsia.hu) <http://www.epilepsia.hu/>

Asztma: [www.asztmasuli.hu](http://www.asztmasuli.hu)

Gyermekekórházak: [www.heimpalkorhaz.hu](http://www.heimpalkorhaz.hu), [www.bethesda.hu](http://www.bethesda.hu)

**Otthoni teendők gyermekkori lázas állapot esetén**  
**Útmutató szülőknek/gondviselőknek**  
(Az Országos Gyermekegészségügyi Intézet ajánlása)

### **Bevezetés**

Jelen kiadvány szülők/gondviselők részére igyekszik összefoglalni a lényeges tudnivalókat gyermekkori lázas állapot otthoni ellátása esetén. Az útmutató a Nyugat-Európában már elterjedt szülői tájékoztatók mintájára készült, adaptálva azt a hazai viszonyokra.

A gyermekkori lázas állapotok gyakorisága és a lázas állapotok ellátásával kapcsolatban szülők részére összeállított, sajtóban, interneten stb. keringő, sokszor ellenőrizetlen forrásból származó anyagok, másrészt a láz kapcsán jelentkező szülői aggodalom, sokszor tehetetlenség egyaránt indokoltá tette, hogy egy hazai gyakorlati kiadvány segítsen az eligazodásban.

A kiadvány gyógyszeres kezeléssel szemben elvekről írunk, dózisokról nem esik szó, tekintettel arra, hogy új készítmények is megjelenhetnek.

Lázcsillapítót manapság inkább csak közérzet-javítási célból adunk. Ennek biztosítására célszerű lehet otthon lázcsillapítót tartani. A lázcsillapító adagolását a készítményhez csatolt betegtájékoztató szerint kell végezni, kivéve, ha azt az orvos másképp nem rendel.

### **A láz gyermekkorban**

A láz gyermekkorban gyakran előforduló, emelkedett testhőmérséklettel járó állapot. A láz nem oka a betegségeknek, csupán kísérő tünete! A láz a szervezet betegséggel szembeni védekezésének részeként akár hasznos is lehet. Megjelenése mégis sokszor aggasztó lehet a szülők/gondviselők számára, ezért gyakran fordulnak ilyenkor az orvoshoz. Szerencsére a lázas állapot az esetek túlnyomó többségében gyorsan és problémamentesen megoldódik, otthoni ápolás mellett is.

Előfordulhat azonban, hogy nem következik be a hamarosan várt javulás vagy **esetleg állapotromlás észlelhető**. Mindezek a ritka komplikációk komoly betegség vagy fertőzés jelei lehetnek, ezért ilyenkor feltétlenül indokolt az orvoshoz fordulás!

A lázas állapot emellett a szervezet számára fokozott folyadékvesztéssel is jár, amit nagyon fontos pótolni a kiszáradás elkerülése céljából!

Rossz általános állapotban levő lázas gyermeknél még a kezelőorvoshoz fordulás előtt célszerű lehet a lázcsillapítás megkezdése. Az időben elkezdett lázcsillapítás sokszor az orvosi vizsgálatot is megkönnyítheti.

**Fokozatosan romló általános állapot esetén azonban késlekedés nélkül orvoshoz kell fordulni.**

### **A láz és a beteg állapotának súlyossága**

A magasabb testhőmérséklet odafigyelést igényel. Ugyanakkor a **láz mértéke vagy tartóssága** legtöbbször **önmagában nem alkalmas egy gyermek állapota súlyosságának megítéléséhez**. Különösen igaz ez egészen fiatal csecsemőknél!

*6 hónaposnál fiatalabb csecsemő esetében láz ritkán jelentkezik. Ha mégis fellép, azt nagyon komolyan kell venni, mert akár súlyos betegség kísérőjele is lehet.*

**3 hónaposnál fiatalabb csecsemő 38°C-os vagy ennél magasabb láza illetve**

**3-6 hónapos csecsemő 39°C-os vagy ennél magasabb láza általában kórházi kivizsgálást indokol!**

**Azonban** ebben az életkori periódusban alkalmazott kötelező és ajánlott védőoltások nem kívánatos hatásaként **is** jelentkezhet esetleg magasabb láz, mely előfordulhat az oltást követő néhány napban anélkül, hogy a háttérben súlyos betegség állna. Ennek elkülönítése a súlyos állapottól orvosi feladat, **tehát ilyen esetekben is feltétlenül konzultálni kell orvossal.**

Csecsemőknél testhőmérsékletet legmegbízhatóbban a végbélben lehet mérni. Végbélben mérve a lázmérő által mutatott érték 0,5°C-kal magasabb, mint hónaljban mérve.

Hónaljban mért értékek:

<b>36-37 °C</b>	normális testhőmérséklet
<b>37-38 °C</b>	hőemelkedés
<b>38-39 °C</b>	mérsékelt láz
<b>39-40,5 °C</b>	magas láz
<b>40,5 °C felett</b>	igen magas láz

Végbélben mért értékek:

<b>36,5-37,5 °C</b>	normális testhőmérséklet
<b>37,5-38,5 °C</b>	hőemelkedés
<b>38,5-39,5 °C</b>	mérsékelt láz
<b>39,5-41 °C</b>	magas láz
<b>41 °C felett</b>	igen magas láz

### **Első várható kérdések**

Ha gyermeke lázas állapota miatt felhívja az orvosi rendelőt/ügyeletet, előre készüljön rá, hogy gyermeke általános egészségi állapotáról és egyéb tüneteiről is kérdezhetik. Ezekről tehát előre próbáljon meg minél pontosabban tájékozódni.

Mindez azért fontos, mert sokszor ezek segíthetnek eldönteni, hogy elegendő-e az otthoni ápoláshoz tanácsot adni vagy azonnali orvosi vizsgálatra van-e szükség.

*Komplikált esetben természetesen a mentők is hívhatók.*

### **A betegvizsgálat és a láz okának kiderítése**

Az orvos annak érdekében vizsgálja meg gyermekét, hogy kiderítse a láz okát és, hogy kizárja a súlyos betegségek/fertőzések lehetőségét. Ennek érdekében a vizsgáló orvos egyéb diagnosztikus vizsgálatokat is kezdeményezhet. (vérvétel, vizeletvizsgálat, röntgen), és előfordulhat, hogy azonnal kórházba utalja gyermekét.

Előfordulhat, hogy még teljes kivizsgálással sem találják a láz okát azonnal.

A vizsgálat során dől el az is, hogyan tovább.

A legtöbb esetben a lázas gyermekek otthon ápolhatók. Esetenként ilyenkor is szükség lehet azonban orvosi ellenőrzésre! Jelezni kell azt is, ha nem megoldható az otthoni ápolás!

Csupán a gyerekek egy nagyon kis hányada igényel lázas állapot esetén kórházi felvételt, illetve kivizsgálást.

### **Elérhetőség, további segítségkérés lehetősége**

Azt is célszerű tisztázni, hogy ilyen esetben Önök telefonon vagy személyesen kapcsolatba tudnak-e lépni az egészségügyi szolgálattal a nap bármely szakában, beleértve az éjszakát is.

Saját elérhetőségüket is célszerű megadni (visszahívás lehetősége!)

Az egészségügyi személyzettől *tanácsokat kaphatnak* a figyelemfelkeltő tünetekről vagy a további segítségkérés lehetőségéről is.

### **Hasznos kérdések az orvoshoz/védőnőhöz/nővérhez**

- Hogyan lehet elviselhetőbbé tenni a lázas állapotot?
- Mikor és hogyan érdemes segítséget kérni?
- Hogyan ellenőrizhető a lázas gyermek éjjel is, ha szükséges

### **Lázcsillapítás:**

Egyes *gyógyszerek (lázcsillapító szerek)*, pl. a paracetamol és az ibuprofen megkönnyítik a láz elviselését, és egyben csillapítják is azt. Az ibuprofen gyulladáscsökkentő hatása is segít. *Ugyanakkor ezek a szerek nem gyógyítják meg magát a lázat kiváltó betegséget, és lázgörcs kivédésére sem alkalmazhatók.*

*A lázcsillapító gyógyszerek lázcsillapításra és a beteg komfortérzetének javítására szolgálnak. Ilyen célból lázas betegnek nyugodtan adhatók, ha más kizáró ok nincs (pl. allergia az adott szerre). Egyszerre azonban nem adható a kétféle lázcsillapító! Viszont ha az egyik nem segített, később adható a másik.*

Lázcsillapítók esetén, akár csak más gyógyszerek esetében is, a gyógyszer-túladagolás veszélyének elkerülése céljából mindig figyelmesen olvassa el a betegtájékoztatót vagy kérdezze meg kezelőorvosát további információkért!

**Figyelem!** Szalicilát-tartalmú lázcsillapítók (pl. aspirin) adása 10 éves életkor alatt nem javasolt!

Az antibiotikum nem lázcsillapító, annak adása csak orvosi utasításra kezdhető meg.

Az utóbbi évtizedben *a fizikális lázcsillapítást* sok kritika érte, főleg a kellemetlen szubjektív élmények miatt. Sok helyen nem is javasolják ezért ezt a módszert. Ugyanakkor magas láz esetén a kíméletes, mértékkel, óvatosan

alkalmazott, tolerálható fizikális hűtés gyógyszeres lázcsillapítással kombináltan hatásos lehet, magas láz esetén. Alkalmazása megkímélheti a szervezetet a gyógyszerek sokszor fölöslegesen gyakori adásától is.

Gyermek számára a *kíméletesen végzett hűtőfürdő* jelentheti a legkevesebb szubjektív kellemetlenséget. A didergést mindenképpen el kell kerülni, mert akadályozza a hőleadást.

Segíthet, ha az aktuális testhőmérsékletű (tehát nem hideg!) fürdővizet, lassan, óvatosan hűtjük, amíg nem kellemetlen, de 31° C alá ilyenkor se hűtsük a vizet! Gyakran kavargassuk, és a kellemesen langyos vízzel locsolgassuk a gyermek testét.

Soha ne alkalmazzunk jéghideg vizet! Soha ne hagyjuk egyedül a lázas gyermeket a fürdőkádban! Hatásosabb a hűtés, ha csak mellig ér a víz, és a szabadon maradó testfelületet locsolgatjuk az összekevert vízzel folyamatosan, mintha nyakig érő vízbe ültetjük bele a gyermeket.

Ne folytassuk a hűtést, ha a testhőmérséklet már 38°C-ra csökkent!

*Szívbeteg gyermek* kíméletes hűtőfürdőtetése csak nagyon óvatosan és természetesen csakis szoros felügyelet mellett végezhető!

Kékülés (cianózis), a keringésszavar tüneteinek erősödése, didergés, vacogás fokozódása esetén a borogatást azonnal abba kell hagyni, illetve a gyermeket ki kell venni a kádból, mert ilyen esetekben a várttal ellenkező hatást válthatunk ki.

Ilyenkor a beteg testét szárazra kell törölni, és egy ideig kitakarva kell hagyni.

Lázás gyermek betakarásakor kerüljük a vastag takarókat, paplant, mert ezek a hőleadás akadályozásával hőpangást okozhatnak, és nem megy le a láz.

#### **Egyéb tanácsok:**

- Ügyeljen a rendszeres itatásra (szoptatott csecsemőnél az anyatej a legjobb), hogy a folyadékvesztést, kiszáradást elkerüljék
- Figyeljen a kiszáradás jeleire (száraz száj, lepedékes nyelv, könnyek hiánya, aláárkolt szemek, a fejtető szintjéhez képest besüppedt kutacs (kutacs: a kis kerek „puhaság” a csecsemő feje tetején), kevesebb vizelet.
- Bízassa a gyermeket a további ivásra, ha kiszáradás jeleit észleli. Probléma esetén kérjen újra tanácsot szakembertől!
- Hogyan különítheti el a bőrkiütéseket a bőrvérzésektől a gyermek testén üvegpohár teszttel\*?
- Közösségbe ne menjen lázas beteg!
- Ne öltöztessük alul/túl a gyermekeket!
- Ne alkalmazzunk hideg/jeges fürdőt/lepedőbe csavarást!
- ***Ha a láz oka nem ismert, antibiotikumot nem helyes adni! Utóbbit csakis orvosi utasításra szabad alkalmazni.***

\*üvegpohár teszt

Szorítson finoman egy üvegpoharat a kérdéses bőrfelülethez: ha a poháron keresztül nézve a bőrjelenség nem halványodik el, akkor nagy valószínűséggel bőrvérzésről van szó - **ha ilyet észlel, azonnal forduljon orvoshoz!**

#### **További azonnali segítség kérése szükséges ha:**

- Ha a gyermeknél az üvegpohár teszttel nem halványodó **bőrvérzést** észlel, bármikor a betegség során
- A gyermek görcsöl
- A gyermek aluszékonysága fokozódik vagy nem ébreszthető
- A gyermeknél a kiszáradás tüneteit észleli itatás ellenére is
- Újabb szokatlan tünetek jelentkeznek
- A gyermek általános állapota rosszabbodik
- A láz több mint 3 napja tart
- Ha nem megoldott az otthoni gyermekápolás

#### **Lázgörcs:**

A lázgörcs a 6 hónapos-6 éves gyermekek legalább 3%-ában jelentkezhet láz kapcsán

#### **Teendők lázgörcs esetén:**

- Maradjon nyugodt
- Ha lehet, jegyezze fel a görcs kezdetét és végét
- Maradjon a gyermek mellett
- Fordítsa a gyermeket oldalára
- Távolítsa el minden veszélyes tárgyat a gyermek közeléből pl. éles sarkú bútorokat
- Helyezzen a gyermek feje alá puha alátétet, nehogy beüsse a fejét a padlóba

- Ne adjon szájon át semmit a gyermeknek
- Konzultáljon orvossal

**Mentő azonnali hívása indokolt, ha a görcs**

- 5 percnél tovább tart illetve
- Ha gyermeke közben vízben volt és ezalatt nehézlégzése alakult ki
- Ha fejsérülést szenvedett a gyermek
- Ha a gyermek légzése a görcs után nem rendeződik vagy, ha ajkai továbbra is kékek maradnak

**Orvosi vizsgálat indokolt továbbá, ha a görcs**

- Gyermeke első görcse
- Ha bizonytalan annak megítélésében, rendeződött-e gyermeke állapota a görcs elmúltával

**Jegyezze föl! Gyermekorvosi ügyelet elérhetősége:** ld. fent, a tájékoztató első részében!