



LA FEBBRE

un problema frequente
spesso sopravvalutato

copia omaggio

all'interno

Come viene  3

5  Quando combatterla

I farmaci  6

TUTTO QUESTO E MOLTO ALTRO ALL'INTERNO!

SANI in FORMA

sommario

Perché viene la febbre?...	3
Come viene?	3
Si può riconoscere?	4
Come si misura?	5
Quando combattere la febbre?	5
I farmaci	6
Dosi e modalità di somministrazione	6
Aspirina e congeneri	7
Le cose da fare... sempre	7
Chiamare il medico se	7

Supplemento a **Informazioni sui Farmaci**
n°2 - Anno 2006
A cura del **Servizio di Informazione
e Documentazione Scientifica delle
Farmacie Comunali Riunite** di Reggio Emilia
telefono 0522 - 543 450 - 1 - 3
fax 0522 - 550 146
e-mail: sids@fcr.re.it
sito web: <http://www.informazionisuifarmaci.it>
Progetto grafico: Richard Poidomani Motta
Illustrazioni: Massimo Bonfatti
Stampa: Litoprint

NOVEMBRE 2006 - N. 2 - Anno 1
Il Mensile d'informazione per la salute
ed il benessere

LA FEBBRE



Cos'è la febbre?

La febbre è un aumento della temperatura corporea superiore a 37°C (se si misura sotto le ascelle) o a 37,5°C (se si misura tenendo il termometro in bocca o nel retto).



PERCHE' VIENE la febbre?

Le infezioni da virus o batteri rappresentano la causa più frequente di febbre. I bambini piccoli sono i più esposti ai rialzi febbrili; durante il primo anno di asilo-nido, nei mesi invernali possono ammalarsi più volte di infezioni respiratorie virali. La presenza continua di "portatori" di virus e lo stretto contatto favoriscono il contagio. Qualche linea di febbre può essere anche la conseguenza di uno sforzo fisico, di un trauma, della permanenza in un ambiente molto caldo.



COME VIENE?

In condizioni normali, la temperatura del corpo viene mantenuta costante da un centro presente nel cervello che funziona da "termostato" regolando gli scambi di calore con l'ambiente esterno. I microbi (virus o batteri) presenti nell'organismo attivano una serie di meccanismi difensivi, primo tra tutti la liberazione di sostanze che agiscono sul centro termorego-

latore facendogli aumentare la temperatura di qualche grado oltre il normale. Tutto ciò provoca brividi (che servono a produrre calore) e senso di freddo causato dalla restrizione dei vasi sanguigni della pelle (che serve per ridurre la perdita di calore). L'aumento della temperatura corporea impedisce ai microbi di moltiplicarsi e aiuta l'organismo a distruggerli.

SI PUO' RICONOSCERE?



Esistono modi diversi di reagire alla febbre: alcuni la avvertono solo quando è alta, altri si sentono KO e si mettono a letto con poche linee. Un adulto conosce il problema ed è in grado di gestirlo, mentre un bambino piccolo non sa esprimere il suo malessere ed è necessario osservarlo nel suo complesso: è pallido? ha le gote molto arrossate? è silenzioso e tranquillo quando di solito ha voglia di giocare o chiacchierare? è agitato senza apparente motivo, oppure è noioso e piange di continuo? Nel bambino altri disturbi da valutare, spesso più importanti della febbre, sono la respirazione difficoltosa e il naso chiuso, la tosse, il mal d'orecchio.





COME SI MISURA

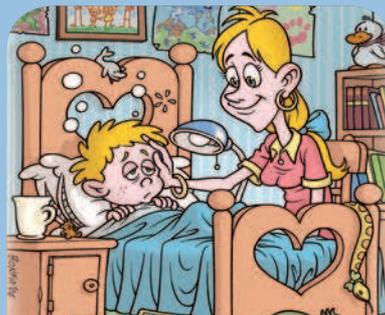
Sentire se “la fronte scotta”, appoggiandovi le labbra o la mano, non serve; per essere sicuri che ci sia la febbre bisogna usare un termometro. Tra i vari disponibili in commercio, compresi i più recenti a infrarossi (auricolare o frontale), i termometri a mercurio e quelli digitali sono i più precisi e meno

costosi. Il termometro va posto sotto l'ascella (per 1 minuto se si usa un termometro digitale, per 5 minuti se si usa quello a mercurio); sotto l'anno di età, in alternativa, la temperatura può essere misurata a livello rettale, posizionando il bambino a pancia in giù e tenendo fermo il termometro tra le dita di una mano appoggiata al sedere per circa 2 minuti. Prima di introdurlo delicatamente nell'ano, il bulbo del termometro va lubrificato con un po' di vaselina per rendere la manovra meno fastidiosa; dopo l'uso, il termometro deve essere lavato con acqua e sapone. Non è consigliabile misurare la temperatura a livello della bocca, mettendo il termometro sotto la lingua, né usare le strisce a cristalli liquidi da appoggiare sulla fronte: sono metodi poco attendibili.

QUANDO COMBATTERE LA FEBBRE

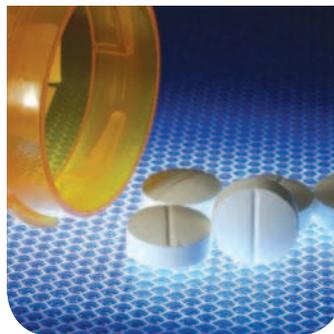
La febbre è il sintomo più comune di una infezione e non esiste una relazione diretta tra livello della temperatura e gravità della malattia. Essendo una forma di difesa non va sempre combattuta. Sia nell'adulto che nel bambino, si possono attendere almeno le prime 24 ore, osservando l'andamento della temperatura (ripetendo le misurazioni 3-4 volte nell'arco della giornata) e l'eventuale comparsa di altri sintomi. Esistono, però, situazioni in cui la febbre va abbassata:

- nel bambino, quando c'è una storia di convulsioni febbrili. In questo caso, indipendentemente dalla temperatura, è bene intervenire subito, per scongiurare il rischio di nuove crisi.
- quando è accompagnata da mal di testa e dolori muscolari e/o articolari, che provocano disagio.



I FARMACI

Per abbassare la febbre si usano gli **antipiretici**. Questi farmaci riducono la temperatura agendo sul centro termoregolatore che fa disperdere calore attraverso la sudorazione e la dilatazione dei vasi sanguigni della pelle. Il **paracetamolo** (es. *Efferalgan*, *Sanipirina*, *Tachipirina*), per efficacia e sicurezza, è l'antipiretico di scelta in tutti i pazienti: bambini, adulti, anziani e donne in gravidanza o allattamento. E' disponibile in *sciroppo*, *gocce*, *compresse*, *bustine* e *supposte*. Le supposte possono essere utili in caso di



vomito o nei bambini molto piccoli con difficoltà di deglutizione. **Attenzione!** Le confezioni di paracetamolo per adulti vanno conservate in un luogo inaccessibile ai bambini: l'ingestione accidentale del prodotto può essere molto pericolosa.

DOSI E MODALITA' DI SOMMINISTRAZIONE

NEL BAMBINO	
Sciroppo e Gocce	Dose iniziale: 10-15 mg ogni kg di peso. Dosi successive: se dopo un'ora la febbre non è calata, è possibile somministrare un'altra dose di 10 mg/kg, da ripetere, se necessario, ogni 6 ore, ma non più di 4 volte in un giorno. Sciroppo: è corredato da un misurino graduato in base al volume o ai kg di peso che facilita la somministrazione. Gocce: 3 gocce del contagocce corrispondono a 8 mg di paracetamolo. Le gocce o lo sciroppo possono essere assunti come tali o diluiti in acqua o succo di frutta per renderli più gradevoli.
Bustine	Meno di 3 anni: mezza bustina da 125 mg; da 3 a 6 anni: 1 bustina da 125-150 mg; dai 6 anni in su: 1 bustina da 300-500 mg. Le bustine vanno sciolte in acqua. La dose può essere ripetuta 3-4 volte al giorno.
Supposte	Meno di 1 anno: microsupposte da 80-150 mg; da 1 a 6 anni: supposte da 250-300 mg; oltre i 6 anni: supposte da 500-600 mg. La dose può essere ripetuta 2-3 volte al giorno. Per agevolare la somministrazione è bene inumidire preventivamente le supposte con acqua fredda.
NELL' ADULTO	
Compresse	500 mg, ripetendo l'assunzione 3-4 volte al giorno.
Supposte	1 supposta da 1.000 mg 2-3 volte al giorno.

ASPIRINA E CONGENERI

L'*Aspirina* e gli altri antinfiammatori come l'ibuprofene (es. *Nureflex* sciroppo per bambini, *Moment*, *Antalgil*, *Nurofen*), il diclofenac (es. *Novapirina*) e il naproxene (es. *Aleve*, *Momendol*) sono efficaci quanto il paracetamolo nell'abbassare la febbre, ma causano più spesso effetti indesiderati. Sono antipiretici di seconda scelta, vanno cioè impiegati quando il paracetamolo non è ben tollerato o quando sono già stati provati in passato con buoni risultati e senza problemi. L'ibuprofene è l'unico utilizzabile anche nei bambini a partire dai 3 mesi di età. Né l'*Aspirina* né gli antinfiammatori devono essere usati da chi soffre di asma, ulcera gastrica, disturbi della coagulazione, malattie croniche gravi del cuore o dei reni. L'*Aspirina* non va somministrata ai bambini e agli adolescenti fino a 16 anni perché in presenza di infezioni virali (come l'influenza o la varicella) può provocare la comparsa di una rara quanto grave malattia (sindrome di Reye). Chi è costretto ad assumere molti farmaci per trattare malattie croniche e le donne durante la gravidanza o l'allattamento dovrebbero sempre chiedere consiglio al medico o al farmacista prima di combattere la febbre con un antinfiammatorio.

LE COSE DA FARE ... SEMPRE

- Per mantenere una buona idratazione è necessario bere spesso. La febbre "brucia" le riserve di acqua dell'organismo, perciò introdurre liquidi è importante soprattutto nei bambini e negli anziani che si disidratano più facilmente. Vanno bene acqua, tè (deteinato per i bambini), succhi di frutta, spremute.
- Non ci si deve coprire, né coprire il bambino, in modo eccessivo perché questo può far salire la temperatura e aggravare il disagio. In presenza di brividi si può usare una coperta leggera, ma quando i farmaci cominciano a fare effetto e si sente caldo è meglio rimuoverla per permettere al corpo di disperdere il calore.
- In caso di inappetenza, non c'è motivo di alimentarsi a tutti i costi o forzare il bambino a mangiare. Se graditi, si possono consumare

alimenti nutrienti come il brodo o un frutto, un gelato, un budino.

- Le spugnature con acqua tiepida (non fredda) devono essere riservate ai bambini a rischio di convulsioni quando la febbre è molto alta e non si abbassa con gli antipiretici.

Chiamare il medico se:

- la febbre è superiore a 40°C in un lattante;
- la febbre è superiore a 40°C in un bambino e non risponde agli antipiretici;
- il bambino ha difficoltà a svegliarsi, ha il collo rigido o è confuso, oppure piange quando fa la pipì e questa ha un odore "intenso";
- in un adulto la febbre è accompagnata da affanno ad insorgenza improvvisa e dolore al petto;
- la febbre è associata a frequenti episodi di vomito o diarrea in un bambino o in un anziano.

RIUNITE NEL BENESSERE



Prossima Uscita
Il Raffreddore.

A **Dicembre** in tutte
le Farmacie Comunali
Riunite di Reggio Emilia.

prezzo di copertina € 0,086

