



## SUKARRA

1. Gorputza ohiko tenperaturatik gora egotea da sukarra. Normalean infekzioek eragiten dute. Haurretan birusak dira infekzioen kausa ohikoena.
2. Sukarra ez da gaixotasun bat. Birusek edo bakterioek eragindako infekzioetatik **babesteko** mekanismo bat da, eta nerbio-sistemaren kontrolpean dago.
3. Sukarrak, bakarrik, ez du eragiten garuneko kalterik, ez itsutasunik, ez gortasunik, ez heriotzarik.
4. Haur batzuek konbultsioak izaten dituzte sukarrarengatik, baina sukarra jaisteko medikamentuak (antitermikoak) erabiliz ez dira konbultsio horiek prebenitzen.
5. Sukarra duenean, posible da umea **mina** eta/edo **ondoeza** duelako kekatzea. Hala bada, medikamentuak eman behar dira zaizkio min/ondoez hori tratatzeko, pediarraren aginduen arabera. **Ez eman medikamenturik sukarra duelako bakarrik.**
6. Mina tratatzeko ibuprofenoa eta parasetamola erabiltzen dira. Bi medikamentu horiek antzeko eraginkortasuna dute. Ez da komenigarria parasetamola eta ibuprofenoa batera edo txandaka hartzea. Haurrei ez zaie aspirinarik eman behar.
7. Ez dira alkoholez bustitako konpresak, bainu, dutxa edo zapi hotzak erabili behar tenperatura jaisten saiatzeko. Etxeko tenperatura giroa atsegina izateko moduan izan, eta ez jarri arropa gehiegi haurrari.
8. Garrantzitsua da haurra behar bezala **hidratatua** egotea. Eskaini likidoak maiz, ahal bada azukredunak (zukuak, irabiatuak, ahiak...) infekzio-prozesuari aurre egiteko behar duen energia emateko.
9. Tenperatura-graduek, sukarrak egunean zehar duen bilakaerak edo medikamentuen eraginak ez dute loturarik sukarra eragin duen infekzioaren (birusak edo bakterioak) larritasunarekin.
10. Garrantzitsuena sukarra duen haurra zaintzea da, ez termometroa zaintzea. Larrialdietako zerbitzuan premiazko kontsulta egiteko, hauek dira haurra larri edo okerrago dagoelako seinaleak:
  - **Orbanak agertzea azalean, gorri ilunak edo moreak, inguruko azaletik tira egitean desagertzen ez direnak.**
  - Goibel edo suminkor egotea, edo negar gehiegi egitea, haurra lasaitzea zaila delarik.
  - Konbultsioak izatea edo kordea galtzea.
  - Arnasa hartzeko zailtasuna izatea (saihetsak markatzen zaizkio eta saihets-hezurra sartzen du, txistu-hotsak entzuten dira arnasten duenean, oso azkar edo larri egiten du arnasa, etab.).
  - Gorakoa eta/edo beherakoa, etengabeak edo oso ugariak direnena eta deshidratazioa eragiten dutenean (mingain lehorra, listu-falta, begi sartuak, etab.).
  - Beti galdetu behar zaio pediarrari hiru hilabetetik beherako haur batek 38.0 °C edo gehiagoko tenperatura duenean besapean.

Erreferentziak:

Espainiako Lehen Mailako Arretako Pediatria Elkarte. Sukarraren dekalogo. NICE. National Institute for Health and Care Excellence. Feverish child. Pediatriako Larrialdien Espainiako Elkarte.