

SI KECIL demam? Tentunya menimbulkan keresahan kepada ibu bapa atau penjaga. Alangkah baiknya jika anak kita langsung tidak mengalami demam.

Demam sebenarnya satu fenomena yang kerap berlaku dan antara punca utama kemaskinan kanak-kanak ke dalam wad di seluruh dunia. Namun begitu, demam selalunya boleh sembuh dengan sendiri tanpa memerlukan rawatan di hospital. Suhu badan manusia berubah mengikut masa dan aktiviti. Lazimnya suhu badan akan menurun pada sebelah pagi dan meningkat sedikit pada sebelah malam dan jika anak kita menjalani aktiviti fizikal seperti berlari, bersukan dan sebagainya. Secara umum, seseorang itu dikatakan demam apabila suhu badannya melebihi 37.5 darjah Celsius atau 99.5 darjah Fahrenheit.

Punca demam

Pada otak manusia terdapat satu struktur dipanggil *hypothalamus* yang mempunyai pelbagai fungsi penting dalam menyelenggara aktiviti badan normal. *Hypothalamus* bertindak sebagai *thermostat* dalaman yang menetapkan suhu badan yang normal iaitu antara 36.5°C ke 37.5°C.

Kedadaan seperti jangkitan kuman atau penyakit tertentu boleh merangsang *hypothalamus* untuk meningkatkan suhu badan manusia. Kedadaan ini dipercayai berlaku sebagai langkah pertahanan badan normal untuk melawan jangkitan atau penyakit. Fenomena ini suatu kebaikan demam kepada tubuh badan kita.

Penyebab demam

Demam selalunya berlaku disebabkan jangkitan kuman atau penyakit. Antara punca demam bagi kanak-kanak adalah batuk dan selesema berpunca dari jangkitan virus, jangkitan pada tekak atau telinga, jangkitan paru paru, jangkitan saluran kencing, radang otak, demam denggi, demam campak serta penyakit tidak berjangkit seperti *Systemic Lupus Erythematosus*. Ada kalanya suhu badan anak boleh juga meningkat walaupun tanpa sebarang

Anak yang demam



Gambar hiasan



penyakit seperti selepas mendapat imunisasi ataupun jika dikenakan

terlalu banyak pakaian dan balutan selimut bagi bayi yang kecil. Suhu badan juga boleh meningkat apabila bayi mula tumbuh gigi tetapi selalunya tidak melebihi 37.8°C.

Rawatan awal

Ibu bapa digalakkan menyimpan termometer atau alat penyukat suhu badan yang boleh didapati dengan mudah pada harga berpatutan secara komersil dan mendapat nasihat pengamal perubatan mengenai cara penggunaannya. Pastikan si kecil mendapat jumlah air dalam badan yang mencukupi sama ada susu bagi bayi atau air kosong, jus buah-

buah dan sebagainya bagi kanak-kanak yang lebih besar.

Pakai pakaian tidak tebal agar anak anda berasa selesa. Bagi demam disebabkan jangkitan tidak serius, rawatan berbentuk ubat seperti *paracetamol* atau *ibuprofen* boleh diberikan di rumah.

Bagaimanapun, nasihat doktor mengenai penggunaan ubat-ubatan ini disarankan kerana kedua-duanya perlu diberikan pada dos sesuai dengan berat badan anak dan tidak sepatutnya diberikan sekaligus atau melebihi kekerapan dos yang ditetapkan. Pemberian ubat *aspirin* untuk mengawal demam dalam kanak-kanak di rumah tidak digalakkan sama sekali. Tidak semua jangkitan yang menyebabkan demam perlu dirawat dengan antibiotik.

Walaupun demam selalunya boleh ditangani tanpa ubat-ubatan, ibu bapa dan penjaga dinasihatkan membawa anak berjumpa doktor untuk menjalani pemeriksaan lanjut. ☹