

ЛИХОРАДКА: ДРУГ ИЛИ ВРАГ? ЗАЧЕМ НУЖНА ТЕМПЕРАТУРА

Многие родители очень боятся повышенной температуры, считая, что, если температура выше 36,6°C – значит все совсем плохо.

Повышение температуры выше относительно нормального для каждого человека уровня температуры тела врачи называют - лихорадка.

Давайте разберемся:

- Когда и почему повышается температура?
- Для чего нужна лихорадка?
- Есть ли польза от повышенной температуры?

Когда и почему повышается температура?

У повышения температуры выше нормальных значений могут быть разные причины:

- 1) инфекционные заболевания (причем по уровню температуры никак нельзя отличить вирусная инфекция или бактериальная);
- 2) травмы;
- 3) онкологические заболевания;
- 4) перегрев из-за высокой температура окружающей среды или неадекватной одежды (избыток одежды или неподходящее качество, нарушающее теплообмен);
- 5) уровень физической активности;
- 6) эмоциональный статус;
- 7) особенности питания, ожирение;
- 8) менструальный цикл у девочек пре- и пубертатного возраста и т.д.

Важно отличать лихорадку от перегревания.

Перегревание – возникает вследствие воздействия внешних причин – высокой температуры окружающей среды (жаркая погода, высокая температура в помещении и др.) и снижения теплоотдачи, которое может зависеть как от внутренних причин (избыток подкожно-жировой клетчатки и др.), так и внешних (плотная влагонепроницаемая одежда, повышенная влажность воздуха и др.).

Совершенно нормально, что в течение суток температура колеблется на 0,5–1,0°C.

Максимальный ее уровень отмечается в вечернее время (17–19 ч) – до 37,5°C и иногда выше. Лихорадкой принято считать состояние, при котором температура, измеренная в подмышечной ямке или в прямой кишке, превышает:

- у детей грудного возраста – 38°C;
- у детей старшего возраста – 38,4°C.

Причем, уровень температуры далеко не всегда связан с тяжестью процесса. Так, например, неопасные для жизни вирусные инфекции могут протекать с более высокой температурой, чем угрожающая жизни пневмония. Поэтому при осмотре лихорадящего ребенка врач обращает внимание не столько на уровень повышения температуры тела, сколько на ее причину, потому что именно причина определяет лечение.

Для чего нужна лихорадка?

Лихорадка необходима для активации защитных сил организма.

Под влиянием умеренной лихорадки (до 39°C) в организме усиливается синтез защитных белков - интерферонов, повышается способность клеток крови – нейтрофилов – уничтожать инфекционные клетки, стимулируется общий иммунный ответ.

Под воздействием лихорадки многие инфекционные агенты (вирусы, бактерии) теряют способность к размножению. Еще врачи древности - Гиппократ и Гален - предполагали, что лихорадка имеет положительное влияние на течение инфекционного процесса, т.е. в большинстве случаев носит защитный характер. Поэтому при инфекционных заболеваниях лихорадить полезно! Так, например, было отмечено, что у людей при подавлении температурной реакции наблюдается удлинение периода выделения вирусов при остром респираторном заболевании, изменение защитного иммунного ответа.

Но необходимо помнить, что при наличии целого ряда положительных эффектов лихорадка сопровождается рядом фоновых процессов: повышение температуры тела только на 1°C уже приводит к увеличению расхода энергии, потери жидкости с потом и учащенным дыханием на 10%. Потеря жидкости, в свою очередь, приводит к дополнительной нагрузке на сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Наблюдается выраженное увеличение частоты дыхания и сердцебиения. Дети на фоне повышения температуры могут отказываться от еды и приема жидкости, становятся капризными.

Здоровый ребенок, не имеющих серьезных отклонений в состоянии здоровья, чаще всего благополучно переносит лихорадку. После ее окончания все возникшие изменения уходят без последствий и осложнений.

В том случае, если ребенок имеет хронические заболевания или какие-то отклонения в состоянии здоровья, лихорадка может значительно ухудшать его состояние и течение основного заболевания. Наиболее опасно значительное повышение температуры тела у детей первых месяцев жизни.

К группе риска по развитию осложнений при лихорадке относятся дети:

- до 2 мес при $T > 38^{\circ}\text{C}$;
- до 2 лет при $T > 39^{\circ}\text{C}$;
- в любом возрасте при $T > 40^{\circ}\text{C}$;
- с наличием фебрильных судорог в анамнезе;
- с поражением ЦНС;
- с хронической патологией органов сердечно-сосудистой системы;
- с наследственными метаболическими заболеваниями.

Когда и как снижать температуру вы можете прочитать в материале «ОРВИ у детей».

О правилах применения жаропонижающих препаратов узнаете в статье «ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА: КОГДА, КОМУ И СКОЛЬКО?»

По материалам статьи Бакрадзе М.Д. Острые лихорадочные синдромы у детей. Педиатрия. Consilium Medicum. 2021; 2: 185–192