Indian Academy of Pediatrics (IAP)

महाराष्ट्र राज्य बालरोग तज्ज्ञ संघटना (MAHAIAP)

पालकांसाठी मार्गदर्शक तत्त्वे

प्रकरण : ७९ वे

लहान मुलांना तापामध्ये येणाऱ्या आकडीची काळजी कशी घ्याल ?

अध्यक्ष २०२३ : डॉ. रमाकांत पाटील
सचिव २०२२-२३ : डॉ. अमोल पवार
अध्यक्ष २०२२ : डॉ. हेमंत गंगोलिया
मार्गदर्शक : डॉ. जयंत उपाध्ये
समन्वयक : डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
अनुवादक : डॉ. सौ. शर्वाणी अ. कुळकर्णी
पुनरावलोकन : डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर
सौ. अनुपमा कुलकर्णी

Convener: Jaya Shankar Kaushik
Members: Bhavesh Manilal Mithiya,
S Srikrishna, Sangeetha Yoganathan
Reviewer: Janani Sankar

६ महिने ते ५ वर्षामधील मुलांमध्ये तापामध्ये झटका किंवा आकडी येण्याची शक्यता असते. मात्र पहिल्यांदा ही आकडी आल्यावर पालकांना त्याबाबत पूर्ण कल्पना आली तर पुढच्या वेळी असा झटका आल्यास त्यांना ते योग्य त्या पद्धतीने घाबरुन न जाता हाताळता येऊ शकते.

१. तापामधील आकडी म्हणजे काय ?
२. माझ्या बाळाला तापामध्ये आकडी का येते ?
३. माझी मुलगी ३ वर्षांची असताना तिला देखील तापामध्ये आकडी आली होती, म्हणजे हे अनुवंशिक असू शकते का ?
४. बाळाला परत कधी ताप आला तर मी काय काळजी घ्यावी ?
५. माझ्या बाळाला आकडी आली तर त्यावेळी मी काय करु ?
६. मला बाळाच्या 'MRI' किंवा 'EEG' ह्या तपासण्या करुन घेण्याची आवश्यकता आहे का ?
७. बाळाला तापामध्ये पुन्हा पुन्हा झटके आले / येत राहिले तर कितपत धोकादायक आहे ?
८. माझ्या ४ वर्षे वयाच्या मुलाला गेली २ वर्षे तापातील आकडी येत आहेत, मला बाळासाठी आकडी येऊ नये ह्यासाठी औषधोपचार सुरु करण्याची गरज आहे का ?
९. तापातील आकडी बाळाला येत असल्यास, तर बाळाला अपस्मार हा आजार होण्याची शक्यता कितपत आहे ?
१०. माझ्या बाळाला अनेक वेळा तापामध्ये झटके आले आहेत, शाळेतील कामगिरीवर काही परिणाम होईल का ? अथवा शाळेतील व्यक्तीमत्व विकासावर काही परिणाम होईल का ?

Under the Auspices of the IAP Action Plan 2021–2022

Piyush Gupta IAP President 2021
Remesh Kumar R IAP President-Elect 2021
Bakul Parekh IAP President 2020
GV Basavaraja IAP HSG 2020–2021
Deepak Ugra National Co-ordinator

© Indian Academy of Pediatrics

IAP Parent Guideline Committee

Chairpersons: Piyush Gupta, Bakul Parekh
IAP Co-ordinators: GV Basavaraja, Harish Kumar Pemde, Purna Kurkure

Core Group

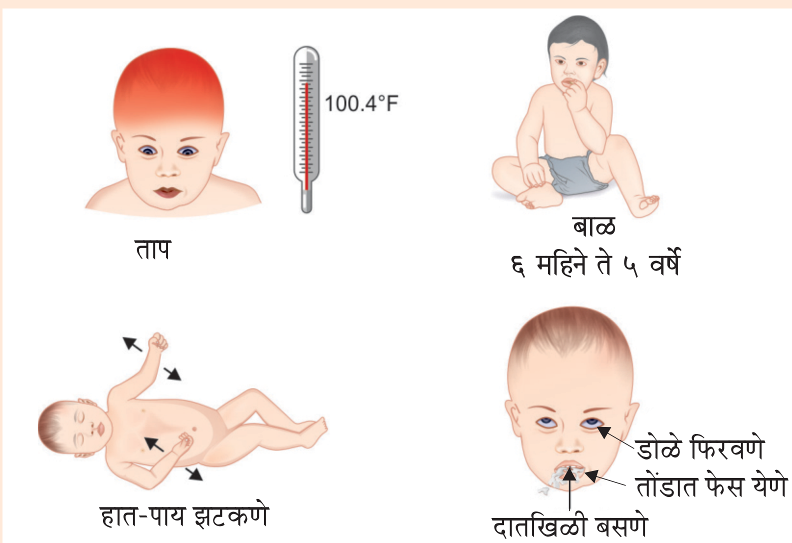
National Co-ordinator: **Deepak Ugra**
Member Secretaries: **Upendra Kinjawadekar, Samir Dalwai**
Members: **Apurba Ghosh, CP Bansal, Santosh Soans, Somashekhar Nimbalkar, S Sitaraman**

लहान मुलांना तापामध्ये येणाऱ्या आकडीची काळजी कशी घ्याल ?

प्र. १

तापामधील आकडी म्हणजे काय ?

- ६ महिन्यांपासून ते ५ वर्षापर्यंत वयाच्या मुलांमध्ये (बऱ्याचदा १२ ते १८ महिने वयामध्ये) आलेला ताप जर 100^0 फ (38^0C) पेक्षा जास्त असेल तर तापामध्ये आकडी येऊ शकते. (फेफरे येऊ शकते)
- आकडी आली कि बाळ डोळे फिरवते, दात आवळते, तोंडातून फेस येतो, हात-पायांना झटके येतात, किंवा हात-पाय ताठरतात, आकलन (समज) कमी झाल्यासारखे वाटते.तापातील आकडीमुळे अपस्माराचा त्रास होत नाही.
- ताप चढल्यामुळे अशा प्रकारच्या तापातील आकडीमुळे अपस्माराचा त्रास होत नाही.
- अशा प्रकारच्या तापातील आकडीमुळे अपस्माराचा ताप या तापातील आकडीचा बाळाच्या बौद्धिक क्षमतेवर परिणाम होत नाही.
- तापामध्ये येणारी आकडी वयाच्या ५ वर्षांनंतर थांबते.



प्र.2

माझ्या बाळाला तापामध्ये आकडी का यते ?

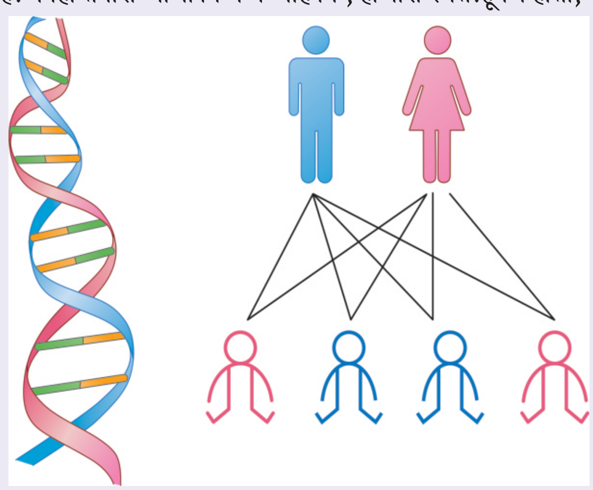
- एखाद्या बाळाला तापामध्ये आकडी का येते याचे कारण सांगता येणे कठिण आहे.
- साधी सर्दी, ताप, हवेतील जंतू, कानातील जंतू, लघवीमध्ये जंतूसंसर्ग या सारख्या संसर्गामुळे बाळाला ताप आला की अशा प्रकारचा त्रास होऊ शकतो.
- कुटुंबातील एखाद्या व्यक्तीला 'अपस्माराचा' त्रास असणे किंवा लहानपणी तापातील आकडी येत असल्यास त्या घरातील बाळाला असाच त्रास संभवू शकतो. मात्र त्यासाठी तेच कारणअसावे लागेल असे नाही.
- सर्वसाधारण मेंदूमध्ये अतिशय सुसुत्रतापूर्वक विद्युत लहरी तयार होत असतात, आणि सुत्रबुद्धतेने ह्यांची कामे नसांमार्फत विविध अवयवांमध्ये प्रसारित होतात. परंतु अचानक रित्या मेंदूमधील विद्यत लहरीमध्ये झालेला बदल/बिघाड आकडी निर्माण करतो.
- अचानक वाढलेल्या तापामुळे मेंदूमध्ये निर्माण होणाऱ्या लहरीमध्ये बिघाड होऊन अनियंत्रित आणि तीव्र लहरी निर्माण होतात, त्यामुळे हातापायांना कंप येऊन बेशुद्धावस्था येते.

प्र.3

माझी मुलगी ३ वर्षांची असताना तिला देखील तापामध्ये आकडी आली होती, म्हणजे हे अनुवंशिक असू शकते का ?

- तापातील आकडी येणे हे अनुवंशिक नाही, परंतु त्या बाळाच्या कुटुंबातील एक / अनेक व्यक्तींना तापामध्ये आकडी आलेली असते किंवा 'अपस्मार' (फेफरे एक व्याधी) असू शकते.
- तापामध्ये आकडी येणाच्या शक्यतेची अनुवंशिकता पूर्वापार मानली आहे, परंतु नक्की कोणत्या कारणामुळे ही शक्यता निर्माण होवू शकते हे मात्र अनाकलनीय (कळण्यास कठिण असा) आहे. काही तपासण्यांचा निष्कर्ष आहे कि, हा त्रास स्वत:हूनच होतो, तर काहींमध्ये अनेक विविध कारणांमुळे आढळून येतो.

  अनेक जनुकीय घटकांचा संबंध तापामध्ये येणाऱ्या आकडीशी जोडलेला आहे.



- घरातील जवळचे नातेवाईक उदा. पालक किंवा असलेले भावंड यांना तापातील आकडी आल्यास अशा मुलांमध्ये आकडी येण्याचे प्रमाण १०-१२ टक्के एवढे असू शकते.
- कुटुंबातील एक किंवा त्यापेक्षा अधिक व्यक्तींना तापामध्ये आकडी आलेली असेल, अशा घरातील मुलांना पुन्हा पुन्हा आकडी येण्याची शक्यता असते.
- तापामध्ये येणारी आकडी म्हणजे 'अपस्मार' नाही. ज्या मुलांच्या कुटुंबातील सदस्यांना 'अपस्मार' आहे अशा मुलांना आकडी येण्याची शक्यता २-३ टक्के आहे. या मुलांना ताप नसताना देखील आकडी येऊ शकते.

  झटके अनेक प्रकारचे आहेत, जसे कि मानेमधून डोके झुकणे, बराच वेळ टक लावून बघत राहाणे, प्रतिक्रीया व्यक्त न करणे, इ. यांना तापातील आकडीसह येणारीअनुवंशिक आकडी म्हणता येईल.

प्र.४

बाळाला पुन्हा कधी ताप आला तर मी काय काळजी घ्यावी?

- ❑ पुन्हा कधी बाळाला ताप आला तर Digital Thermometer ने बाळाचा ताप मोजा.
- ❑ सर्वसाधारणपणे जंतुसंसर्ग आणि विषाणूसंसर्ग ह्यामुळे ताप येवू शकतो. तापाचे कारण शोधून त्याप्रमाणे औषधाची उपाय योजना करावी.
- ❑ बाळाला अस्वस्थ वाटणार नाही त्याची काळजी घ्यावी. बाहेरील हवामानाशी सुसंगत असे आरामदायी कपडे घालावेत, एकावर एक खुपसे कपडे घालू नये.
- ❑ बाळाच्या शरीरातील पाणी कमी होऊ नये याकरितां बाळाला पुरेशा प्रमाणात पाणी पिण्यास द्यावे.
- ❑ 98-99^{0}F ताप दिसू लागताच कोमट पाण्याने बाळाचे अंग पुसून कोरडे करावे.
- ❑ तुमच्या बाळाला बालरोग तज्ज्ञांनी दिलेला पॅरासिटामोल या तापाचा औषधाचा सांगितल्या प्रमाणात डोस द्यावा. पॅरासिटामोलमुळे ताप वाढणे कमी होईल व तापातील आकडीची शक्ता कमी होईल.
- ❑ अनेकदा पॅरासिटामोल औषधाबरोबर इतर औषधे मिसळलेली असतात, अशी पॅरासिटामोलची मिश्रणे टाळावीत. कारण त्यातील औषधाचे प्रमाण एकमेकांशी सुसंगत असेलच असे नाही.
- ❑ 2-3 दिवसाचा सतत तापानंतर बालरोग तज्ज्ञांच्या मदतीने Clobazam ह्या औषधाचा वापर काही बाळांमध्ये करता येतो. परंतु हे औषध घेऊन "आकडी" येण्याची शक्यता थांबवता येईलच असे नाही.

प्र.५

माझ्या बाळाला आकडी आली तर त्यावेळी मला काय करायला पाहिजे?

- ❑ बाळाला तापामध्ये झटके आले तर तुम्ही घाबरुन जावू नका.
- ❑ बाळाच्या झटक्याचे निरिक्षण करा, शक्यतो त्याच्या व्हिडिओचे चित्रीकरण करा.
- ❑ बाळाला अस्वस्थ वाटणार नाही त्याची काळजी घ्यावी. बाहेरील हवामानाशी सुसंगत असे आरामदायी कपडे घालावेत, एकावर एक खुपसे कपडे घालू नये.
- ❑ बाळाला जमिनीवरती एखाद्या सुरक्षित अशा ठिकाणी एका कुशीवर (डाव्या) वळवून झोपवा.
- ❑ बाळाला औषधासोबत काहीही खायला देऊ नये, कारण झटका चालू असताना तोंडाने दिलेली औषधे श्वासनलिकेत जाण्याचा धोका असतो.
- ❑ आकडी येत असताना बाळाला तोंडावाटे काहीही भरवू नये. अगदी औषधे देखील देवू नये. कारण हे औषध श्वसनलिकेत जाण्याचा धोका असतो.
- ❑ बाळाला आकडी येत असतांना ती रोखण्यासाठी म्हणून कोणतेही धारदार वस्तू किंवा धातूंची जड वस्तू हातामध्ये देवू नका. त्यामुळे बाळाला इजा होऊ शकते.

प्र.६

मला बाळाचे 'MRI' किंवा 'EEG' ह्या तपासण्या करुन घेण्याची आवश्यकता आहे का?

- साध्या तापातील झटक्यांसाठी 'MRI' किंवा 'EEG' ची तपासणी करताना अनेकदा मुले पुरेसे सहकार्य देत नाहीत
- काही बाळांना तापातील येणारे झटके बराचवेळ राहात असतील, किंवा झटक्यांसोबत इतर काही त्रास होत असतील किंवा "अपस्मारा" ची शक्यता वाटत असेल तर तुमचे डॉक्टर ठरवतात कि 'MRI' किंवा 'EEG' ची गरज आहे का?
- 'MRI" किंवा 'EEG' ची तपासणी करतांना अनेकदा मुले पुरेसे सहकार्य देत नाहीत किंवा तपासणीसाठी त्रास देतात अशा मुलांना ही तपासणी भुलेच्या अमलाखाली करणे गरजेचे ठरते.

प्र.७

बाळाला तापामध्ये पुन्हा पुन्हा झटके आले / येत राहिले तर कितपत धोकादायक आहे?

- सर्वसाधारण एखाद्या मुलाला तापामध्ये आकडी आली. तर त्या मुलांना पुन्हा असा झटका येण्याची शक्यता ४०% वर्तवली जाते.
- खालील प्रकारच्या मुलांना पुन्हा पुन्हा तापातील झटके येण्याची शक्यता दशर्वते :-
  - ★ बाळ १८ महिने पूर्ण होण्याच्या आत (पूर्वी) बाळाला तापामध्ये झटका आल्यास.
  - ★ ताप चढल्यानंतर एक तासाच्या आत झटका आल्यास.
  - ★ कमी ताप असतानाही झटका आल्यास
  - ★ एक किंवा त्यापेक्षा अधिक भावंडांना किंवा पालकांना तापामधील झटका आल्यास.

प्र.८

माझ्या ४ वर्षे वयाच्या मुलाला गेली २ वर्षे तापातील आकडी येत आहेत, माझ्या बाळाला आकडी येऊ नये यासाठी औषधोपचार सुरु करण्याची गरज आहे का?

- जर तुमच्या बाळाला ताप असताना दोन्ही हाता-पायांना झटके देवून आकडी आली आणि ती १५ मिनीटांपेक्षा कमी वेळ राहिली तर हे तापातील झटकेच मानले जातात./ असतात. साध्या तापातील आकडी अगदी पुन्हा पुन्हा जरी आली तरी त्याला "अपस्मार" या आजाराप्रमाणे उपचार करण्याची गरज नाही.
- जेव्हा बाळाला येणाऱ्या झटक्याचा कालावधी ३० मिनिटांहून अधिक असतो किंवा शरीराच्या एखाद्या बाजूला झटके आलेले असतात त्याचवेळी डॉक्टर "अपस्मारा" वरील औषधोपचाराचा वापर करतात. तापातील आकडीसोबत इतरही काही त्रास एकत्रित असण्याची शक्यता अशावेळी डॉक्टरांना संभवते.

प्र. ९

तापातील झटके बाळाला येत असतील तर बाळाला "अपस्मार" हा आजार होण्याची शक्यता कितपत आहे ?

- तापामध्ये झटके येणाऱ्या 'अपस्मार' हा आजार होण्याची शक्यता अगदी १% एवढीच असते, त्यामुळे तापामध्ये झटके आल्यानंतर 'अपस्मार' या आजाराचा धोका होईलच असे नाही.
- ज्यांना साधा तापातील झटका न येता त्या सोबत काही गुंतागुंतीची लक्षणे दिसतात अशांना मात्र ९ अपस्माराचा" धोका संभवू शकतो.
- दीर्घकाळापर्यंत टिकणारे तापातील झटक्यांमुळे मेंदूमध्ये काही ठिकाणी व्रण निर्माण होऊन भविष्यात 'अपस्मार' होण्याची शक्यता निर्माण होते / करतो.
- गुंतागुंत असणारे तापातील झटक्यांमुळे भविष्यात 'अपस्मार' होण्याची शक्यता निर्माण होते.
- या व्यतिरिक्त बाळाच्या आई-वडिलांपैकी कुणाला 'अपस्मार' असेल किंवा बाळाची वाढ (शारिरीक, मानसिक) अपेक्षेपेक्षा कमी दिसत असेल अशा बाळांना भविष्यात 'अपस्मार' चा त्रास होण्याची शक्यता वाढते. त्यामुळे मग तापातील झटक्यांसाठी डॉक्टर औषधोपचार सुरु करण्याचा निर्णय घेतात.

प्र. १०

माझ्या बाळाला अनेक वेळा तापामध्ये आकडी आली आहे. त्यामुळे त्याच्या शाळेतील कामगिरीवर काही परिणाम होईल का ?

- तापातील झटक्यांचा कोणताही परिणाम शाळेतील अभिव्यक्ती किंवा बुद्धीमत्तेवर होत नाही.
- अभ्यासाअंतर्गत असा निष्कर्ष निघाला आहे की तापात अनेकदा झटका आलेल्या मुलांचा आणि त्यांच्या झटका आलेल्या भावंडांच्या बुद्धयांक ह्यात अजिबात फरक नसतो.
- ज्या मुलांच्या तापातील झटके बराच कालावधी पर्यंत लांबतात आणि त्यामुळे भविष्यात ज्यांना 'अपस्मार' होण्याचा धोका असतो, अशा मुलांचा मात्र शाळेतील विकासावर परिणाम होतांना दिसू शकतो.

हे करा ✔

- ❑ तुमच्या डॉक्टरांनी लिहून दिल्याप्रमाणे 'Paracetamol' हे तापाचे औषध वापरा.
- ❑ बाळाला आकडी आल्यास बाळाला सुरक्षित अशा जागेवर झोपवा.
- ❑ बाळाला एका कुशीवर (डाव्या) वळवून झोपवा.
- ❑ छातीवर व मानेवरील कपडे सैल करा.
- ❑ तोंडातून येणारे स्राव (फेस) वारंवार स्वच्छ करा.
- ❑ बाळाला दुखापत होऊ शकेल अशी काही धारदार वस्तू आजूबाजूला असतील तर दूर करा.
- ❑ आकडी/झटका किती वेळ राहतो याची नोंद करा व शक्य झाल्यास मोबाईलवर आकडीची चित्रफीत रेकॉर्ड करा, म्हणजे बाळाच्या डॉक्टरांना समजण्यास हातभार लागेल.
- ❑ जर आकडीचा कालावधी ३ ते ५ मिनिटांपेक्षा अधिक लांबला कर डॉक्टरांनी ठरवून दिलेल्या 'Midazolam' ह्या औषधाची योग्य मात्रेचा नाकातील फवार वापरा.
- ❑ एकदा आकडी थांबली की, कोमट पाण्याच्या कपड्यांनी अंग पुसण्यास सुरूवात करा. यामुळे ताप उतरण्यास मदत होईल.

हे करु नका ✘

- ❑ गडबडून (गोंधळून) जाऊ नका.
- ❑ बाळाला खायला भरवणे किंवा पाणी पाजणे थांबवा.
- ❑ दातखिळी बसू नये म्हणून तोंडामध्ये काहीही कोंबणे/सरकवणे टाळा.
- ❑ बाळाचे नाक दाबू नका.
- ❑ आकडी येत असतांना बाळाच्या हातात कोणतीही जड, धारदार वस्तू किंवा काठी देणे टाळा, ह्यामुळे बाळ स्वत:ला इजा करु शकेल.
- ❑ आकडी बंद होण्यासाठी कोणत्याही उग्र वासाचा वापर करणे टाळा. अथवा कोणताही उग्र वास असलेली वस्तू हुंगायला देवू नये.