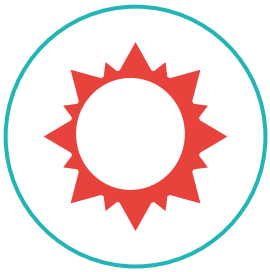
الرُضَّع والسخونة الشديدة

نصائح عملية

الترطيب المستمر

أرضع الطفل أو قدم له
زجاجة الإرضاع بتواتر أكبر



الانتباه عند التعرض للشمس

الرُضَّع الذين يقل عمرهم عن ٦ أشهر
يجب ألا يتعرضوا للشمس بشكل مباشر. بعد
سن ٦ أشهر يتعين استعمال كريم مناسب
للحماية من الشمس

ملابس خفيفة

احرص على أن يرتدي طفلك
ملابس خفيفة وطبقات ملابس
تتناسب مع درجة الحرارة
وقبعة صغيرة، إن أمكن

الظل وعدم التغطية

قبة عربة الأطفال يجب أن توفر الظل،
لكن يجب أيضًا أن تتيح للهواء الدوران
(دون نسيج)

مكان منعش

استعمل مروحة لتدوير الهواء المنعش. في حالة
استعمال مكيف هواء، يجب ألا تكون درجة
الحرارة منخفضة جدًا (درجة الحرارة المثالية: من
٢٦-٢٤ درجة مئوية)

استحمام منعش

أعطِ حمامًا منعشًا
لطفلك قبل وضعه في السرير

علامات خطر عند الإصابة بفرط الحرارة

- حمى شديدة
- تعرق شديد يختفي فجأة
- تسارع النبض والتنفس
- قيء
- قابلية للاستثارة
- بول داكن اللون أو جفاف الحفاض
- جفاف الفم والشفتين والعينين
- النعاس والتعب

إذا ظهر على طفلك واحد أو أكثر من الأعراض المذكورة، فإنه سيحتاج إلى علاج فوري. اتصل بطبيب الأطفال الخاص بك أو بأقرب قسم طوارئ.

www.ti.ch/canicola

APSI
Associazione Pediatri della Svizzera Italiana

ti Dipartimento della sanità e della socialità