

Demam pada kanak-kanak: apa yang perlu anda tahu?

[Share on Facebook](#) [Tweet on Twitter](#) [Whatsapp \(Mobile Only\)](#)

PUBLISHED : 20 DECEMBER 2021



Nur Arzuar Bin Abdul Rahim¹ dan Husnaida Abdul Manan@Sulong²

¹Kluster Perubatan Regeneratif, Institut Perubatan dan Pergigian Termaju (IPPT)

²Kluster Perubatan Integratif, Institut Perubatan dan Pergigian Termaju (IPPT)

Anak Demam?

Demam merupakan salah satu masalah yang biasa berlaku dalam kalangan kanak-kanak. Ia merupakan 'complain' yang sering kali menjadi penyebab kanak-kanak dibawa ke pusat perubatan untuk berjumpa dengan doktor. Kebanyakan episod demam pula tidaklah berbahaya. Demam bukanlah penyakit. Ia adalah reaksi fasa akut badan (simptom) yang menunjukkan mekanisme fisiologi ataupun respon tindak balas imun yang baik terhadap jangkitan yang biasa dihadapi oleh kanak-kanak. Majoriti jangkitan dalam kalangan kanak-kanak pula merupakan jangkitan virus yang boleh baik dengan sendiri 'self-limiting' hasil tindak balas imun mereka. Demam sebenarnya dapat membantu tubuh kanak-kanak untuk pulih lebih cepat dari jangkitan virus. Sebagai contoh, ia akan melambatkan pertumbuhan bakteria dan virus, meningkatkan pengeluaran sel darah putih neutrofil dan sel darah putih T-limfosit yang sangat penting untuk melawan penyakit.

Termometer suhu

Adalah tidak tepat untuk mengatakan anak anda demam tanpa menggunakan alat pengukur suhu badan (termometer suhu) secara objektif. Menyentuh tubuh badan kanak-kanak dengan belakang tapak tangan untuk menganggarkan suhu badan adalah tidak tepat. Ini kerana ada banyak lagi faktor lain yang boleh meningkatkan suhu kulit atau badan secara fisiologi contohnya keadaan cuaca panas, suhu persekitaran ruang yang panas, kanak-kanak yang sedang berselimut ataupun kanak-kanak yang melakukan aktiviti fizikal yang aktif atau bersenam. Jenis termometer yang ada dipasaran yang sering digunakan oleh ibu bapa ketika ini adalah jenis; infra-red ear termometer atau tympanic termometer atau pun non-contact temporal artery termometer. Bagi ibu bapa yang menggunakan termometer jenis 'infra-red ear termometer' atau 'tympanic termometer' adalah penting untuk mereka mengetahui teknik yang betul untuk menggunakannya.

Sering kali, berlaku muncung infra-red termometer tersebut tersasar dari gegendang telinga kanak-kanak semasa prosedur mengambil suhu yang mengakibatkan ralat bacaan yang salah. Cuping telinga kanak-kanak perlu di tarik ke atas sedikit bagi memastikan lubang telinga selari dengan muncung termometer tersebut. Sila rujuk pada rajah yang dilampirkan. Bagi ibu bapa yang menggunakan 'non-contact temporal artery termometer' pula pastikan termometer tersebut di 'tembak' pada kawasan dahi kanak-kanak dan bukan di anggota badan yang lain. Di samping itu perlu diingatkan juga jika dahi kanak-kanak terdedah pada suhu persekitaran yang panas, keadaan ini juga akan memberi ralat bacaan yang salah. Perlu di ingatkan kepada ibu bapa, mengukur suhu badan sahaja tidak mencukupi, keadaan dan kelakuan anak jugak perlu diperhatikan

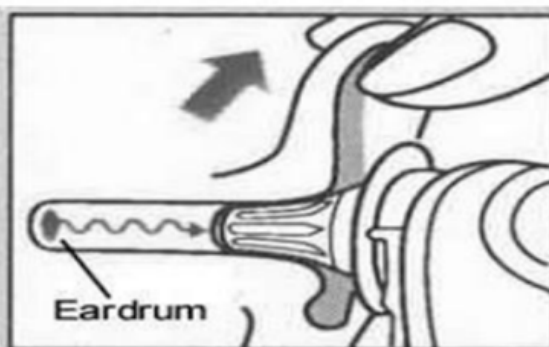
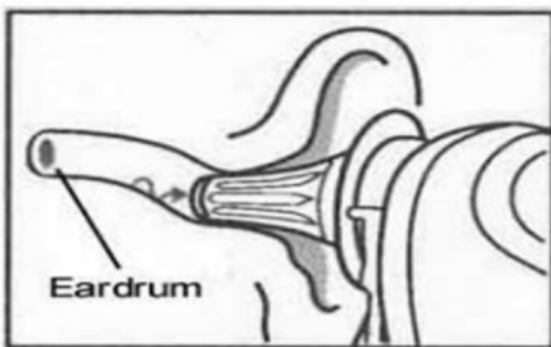
secara keseluruhan. Adakah seperti biasa, aktif atau tidak berkelakuan seperti biasa contohnya menjadi 'fussy' ataupun lemah dan banyak tidur sahaja. Jika tidak seperti biasa, ibu bapa harus mendapatkan nasihat perubatan dengan kadar segera bagi mengelakkan kejadian yang tidak diingini berlaku. Ibu bapa juga perlu tahu untuk menilai julat suhu badan yang betul sebelum membuat keputusan bahawa anak mereka menghadapi demam atau tidak. Nilai julat suhu bagi demam bersuhu rendah ataupun 'low-grade fever' adalah 37.5°C sehingga 37.9°C. Manakala demam bersuhu tinggi ataupun 'high-grade fever' adalah $\geq 38^{\circ}\text{C}$, dan ke atas. Julat suhu 37.4°C dan ke bawah adalah tidak demam.

Infra-red ear thermometer / tympanic thermometer

Non-contact temporal artery thermometer



Pengukur suhu (termometer) yang terdapat di pasaran



Salah

Betul

Teknik menggunakan "tympanic thermometer"

Anak Demam...Antara Rasional dan Emosi?

Banyak salah faham dan persepsi yang salah berlaku dalam kalangan ibu bapa berkaitan isu pengurusan demam bagi kanak-kanak. Keadaan ini berlaku akibat amalan yang dilakukan secara pemerhatian oleh ibu bapa masing-masing secara turun-menurun atau semasa mereka kecil tanpa berasaskan kefahaman dan ilmu yang betul. Apabila berdepan dengan kanak-kanak yang menghidapi demam, ramai ibu bapa resah dan gelisah tentang apa yang mungkin berlaku dan apa yang perlu dilakukan. Ada ibu bapa yang panik, terutamanya yang pertama kali berhadapan dengan situasi berkenaan dan ada juga sebaliknya, lambat membuat tindakan atas sangkaan yang anak mereka itu tiada masalah.

"Sekiranya dia masih bermain, saya tidak bimbang. Tetapi kali nie dia tak nak makan, minum, tak mau bermain, dia hanya berbaring sahaja....itu bukan perangai biasa anak saya"

Ralitnya, kanak-kanak bersifat aktif, mereka akan bermain-main dan menjalani rutin harian mereka seperti biasa walaupun mereka sedang menghidapi demam. Sebagai ibu bapa, kita pastinya akan tahu 'patern' atau perangai mereka yang biasa. Namun, sekiranya ibu bapa perasan mereka tidak berperangai seperti kebiasaan contohnya bersikap 'fussy' atau tiba-tiba 'lemau'. Ini sudah cukup menjadi indikator untuk ibu bapa membawa kanak-kanak mendapatkan perhatian perubatan. Kajian juga mendapati ramai ibu bapa atau penjaga berasa mereka perlu tahu cara mengukur suhu badan anak, namun ramai pula yang tidak pasti apakah julat suhu demam.

"Sekiranya hanya demam sekejap sahaja, saya tidak bimbang. Tapi bila demam berterusan selama berjam-jam, atau berhari-hari, saya rasa tak sedap hati. "

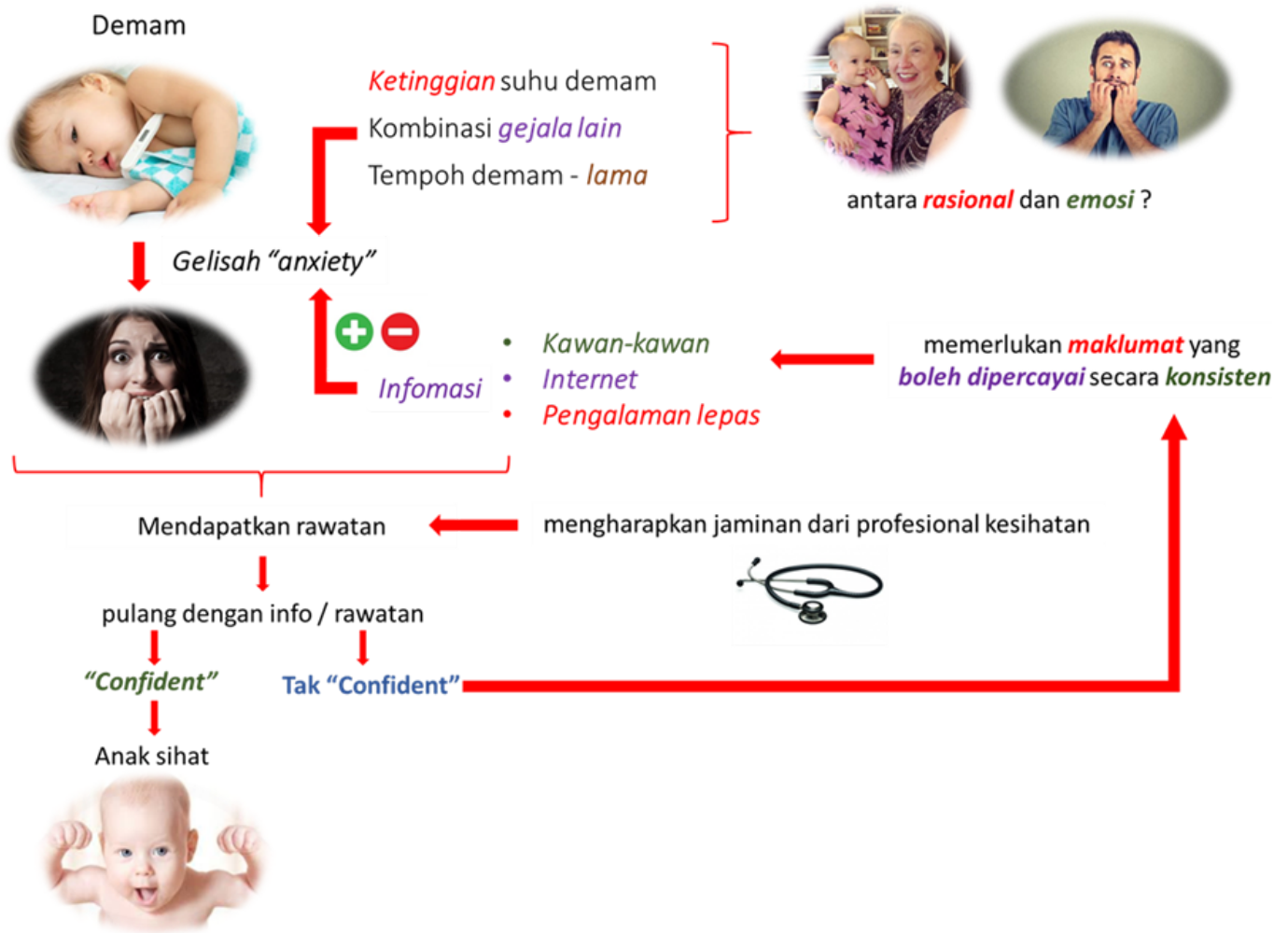
"... jika suhunya 39 °C, saya rasa ok lagi...., tetapi jika betul naik ke arah 40°C ... saya panik"

"Bagi saya.....tidak kira 38°C, 39°C atau 39.5°C, tetapi secara emosi saya merasakan semakin tinggi demam, semakin cepat sesuatu [komplikasi] mungkin berlaku"

Kebanyakan ibu bapa mempercayai bahawa ketinggian suhu secara langsung berkorelasi dengan keparahan penyakit anak mereka. Bagi mereka suhu lebih tinggi berkorelasi dengan penyakit yang lebih serius dan oleh itu risiko komplikasi yang lebih tinggi. Ada yang percaya demam adalah punca sawan, buta dan kerosakkan otak. Namun kepercayaan ini tidak semestinya tepat, kerana demam hanyalah reaksi akut badan. Komplikasi yang ditakuti oleh ibu bapa tersebut mungkin akibat masalah lain contohnya jangkitan selaput meninges atau 'meningitis' yang memerlukan rawatan rapi dari doktor perubatan. Tidak semestinya kanak-kanak yang demam perlu diberikan ubat demam. Ibu bapa harus menilai keadaan kanak-kanak contohnya kanak-kanak menjadi tidak selesa ataupun demam bersuhu tinggi 'high grade fever' ? 38OC dan ke atas boleh lah diberikan ubat paracetamol. Jika mereka aktif, demam bersuhu rendah 'low grade fever' cukuplah dengan pantauan rapi, pakaikan kanak-kanak dengan pakaian yang nipis dan selesa. Jangan sesekali memandikan anak dengan air sejuk ais untuk menurunkan suhu badan mereka. Keadaan ini akan menyebabkan mereka lebih tidak selesa.

Ada satu keadaan yang dipanggil "Fever Fobia" yang boleh berlaku dalam kalangan ibu bapa atau penjaga. Ia merupakan salah tanggapan ibu bapa atau penjaga yang tidak realistik dan berlebihan terhadap kanak-kanak yang mengalami demam. Mereka menganggap demam adalah penyakit serius dan perlu intervensi dengan kadar segera. Keadaan ini juga mungkin berlaku akibat pengalaman yang lepas, kerisauan yang berlebihan, maklumat dari kawan-kawan atau dari internet dalam konteks yang salah dan sebagainya. Sering-kali mereka akan memberi ubat demam contohnya sirup paracetamol atau 'suppositories' @ ubat bontot paracetamol kepada kanak-kanak yang demam melebihi keperluan kerana bimbang anak jatuh sakit atau sesuatu yang buruk akan berlaku. Ini adalah perkara serius, kerana ada kanak-kanak yang mendapat ketoksikan dos paracetamol akibat diberi secara kerap dan berlebihan. Kesan dan mudarat akibat ketoksikan dos paracetamol akan mengakibatkan kerosakkan fungsi organ hati berlaku. Oleh itu ibu bapa perlu sedar dan prihatin terhadap

penggunaan ubat-ubat paracetamol yang mudah didapati di kaunter pasaran. Mereka perlu tahu dos ubat yang hendak diberikan perlulah sesuai dengan berat badan kanak-kanak dan juga kekerapan yang maksimum yang boleh diberikan. Ibu bapa perlu tahu ubat PCM tidak boleh diberi kerap dalam jangka masa kurang dari 4 jam dari dos sebelumnya. Walau bagaimana pun akibat takut tersalah atau terlebih memberi ubat pula ramai juga ibu bapa yang memberikan ubat secara tidak mencukupi (dos tidak mengikut berat anak). Keadaan ini juga akan mengakibatkan rawatan demam tidak berkesan. Kesimpulannya, ibu bapa dan para penjaga harus sentiasa meningkatkan pengetahuan dalam pengurusan kanak-kanak demam. Pengetahuan yang betul akan mengelakkan kita dari melakukan tindakan yang salah yang akan seterusnya merisikokan kanak-kanak.



Rantainya antara rasional dan emosi yang sering dihadapi oleh ibu bapa dalam pengurusan anak demam

Penulis Artikel

Nama penulis:

Dr Nur Arzuar Bin Abdul Rahim

Dr Husnaida Abdul Manan@Sulong

Afiliasi:

Kluster Perubatan Regeneratif

Bidang kepakaran: Pakar Pediatrik