



Hitakrampi hjá börnum

Upplýsingarit fyrir sjúklinga og aðstandendur þeirra



Upplýsingar um hitakrampa

Hitakrampar geta fylgt sóttthita hjá börnum. Þeir eru ógnvekjandi sérstaklega fyrir þá sem aldrei hafa séð þá áður. Stuttir hitakrampar eru þó saklausir og valda barninu ekki skaða. Í fyrsta skipti sem barn fær hitakrampa á að leita til læknis og/eða hringja á sjúkrahil og einnig þegar krampi hefur staðið lengur en fimm mínútur eða ef annar krampi byrjar fljótlega eftir að sá fyrsti stöðvast.

Helstu einkenni hitakrampa eru:

- Hitakrampar eru algengastir þegar hiti hækkar hratt í upphafi veikinda
- Oft byrjar hitakrampinn á kokhljóði sem verður vegna samdráttar í vöðvum
- Skyndileg skerðing á meðvitund
- Augu renna upp á við
- Barnið stífnar upp og/eða taktfastir kippir fara um líkamann
- Öndun verður grunn og óregluleg
- Blámi eða fölví á vörum og kringum munninn
- Flestir hitakrampar standa í hálfu til þrjár mínútur en geta staðið lengur
- Sóttthiti yfir 38°C eftir krampa
- Börn verða oftast mjög þreytt eftir að krampa lýkur og sofna oftast, en svara áreiti

Um það bil 5% barna á Íslandi fá hitakrampa einu sinni á ævinni, oftast á aldrinum 1-3 ára. Börn undir eins árs fá sjaldnar hitakrampa og börn eldri en 6 ára mjög sjaldan. Orsök hitakrampa er sóttthiti en ekki er að fullu vitað af hverju sum börn fá hitakrampa með sóttthita en önnur ekki. Tilhneiging til að fá hitakrampa getur verið arfgeng. Algengasta orsök fyrir hita sem veldur hitakrampa eru umgangspestir (veirusýkingar) og/eða bakteríusýkingar.

Þegar barn hefur fengið hitakrampa einu sinni, eru um 30% líkur á endurtekningu. Líkurnar eru meiri ef barnið er yngra en eins árs við fyrsta hitakrampa og einnig ef barn hefur fengið hitakrampa oftar en einu sinni. Hitakrampar hjá heilbrigðu barni hafa ekki áhrif á þroska. Rannsóknir hafa sýnt að börn sem hafa fengið hitakrampa standa sig alveg jafnvel og jafnaldrar þeirra í skóla. Hitakrampar flokkast ekki undir flogaveiki. Hætta á því að fá flogaveiki er örllítið meiri hjá þeim sem fá endurtekna hitakrampa og hjá þeim sem fá langa hitakrampa. Börn sem fá hitakrampa eru sjaldan sett á flogaveikilyf þar sem langflestir hitakrampar eru saklaus fyrirbæri.

Hitalækkandi lyf eins og Parasetamól og Nurofen mixtúru má gefa barni með háan hita sem liður illa og vill ekki drekka. Hitalækkandi lyf draga þó ekki úr hættunni á að barn fái hitakrampa, jafnvel þó hiti haldist í skefjum.

Þegar sóttthiti er meðhöndlaður má gefa Paracetamól 15mg/kg á 6 klst. fresti og/eða Nurofen mixtúru 10mg/kg á 8 klst. fresti.

Viðbrögð við hitakrampa:

1. Verið róleg

- Barnið er ekki í lífshættu

2. Takið tímann

- Hversu lengi varir krampinn?

3. Leggið barnið niður og á hliðina, þar sem það meiðir sig ekki á neinu

- Til að hugsanleg uppköst og munnavatn renni út úr munni þess en ekki ofan í kok
- Fylgist með framvindu krampans, þ.e. hvar er barnið stíft, hvar eru kippir, hvernig eru augu, litarháttur
- Talið rólega til barnsins meðan krampinn stendur yfir



4. Þegar krampinn hættir, reynið að lækka hita hjá barninu og láta því líða vel

- t.d. með því að hafa það einungis á nærfötum og gefa því hitalækkandi lyf

5. Hringið á sjúkrahúsi

- Ef þú ert óörugg/ur
- Ef hitakrampinn varir ennþá eftir fimm mínútur og ef annar krampi byrjar fljótlega eftir að sá fyrsti hættir
- Ef barnið er ekki með fulla meðvitund fyrir krampann eða einni klukkustund eftir krampa
- Ef þig grunar að sóttthitin hjá barninu geti verið vegna alvarlegra veikinda, t.d. ef þig grunar að barnið sé með alvarlega sýkingu eins og heilahimnubólgu

Hægt er að panta tíma hjá hjúkrunarfræðingi á göngudeild í síma 543-3700 í frekari fræðslu.



ÚTGEFANDI:
LANDSPÍTALI, KVENNA- OG BARNASVIÐ, MAÍ 2018

TEKIÐ SAMAN AF:
GUÐRÚN EYGLÓ GUÐMUNDSDÓTTIR

YFIRFARIÐ AF:
TAUGATEYMI BARNASPÍTALA HRINGSINS

ÁBYRGÐ:
YFIRLÆKNIR OG DEILDARSTJÓRI GÖNGUDEILDAR BARNASPÍTALA HRINGSINS

TEIKNING:
MICROSOFT OFFICE, CLIP ART

LJÓSMYNDIR:
SHUTTERSTOCK

HÖNNUN:
SAMSKIPTAÐEILD LSH

LSH-1455