

## Zalecenia przy gorączce u dorosłych i dzieci

1. Proszę poinformować o innych objawach towarzyszących gorączce
  - katar, kaszel, bóle zatok
  - bóle gardła, nalot na migdałkach, powiększenie węzłów chłonnych, trudności przy połykaniu
  - wymioty, biegunka, bóle brzucha
  - bóle mięśni, bóle kończyn, bóle głowy - z wymiotami lub bez
  - bóle pleców, częstomocz, bolesne oddawanie moczu
2. Kontrola temperatury - niepokojące, zwłaszcza dla dzieci:
  - krótkie odstępy między ponownym wzrostem gorączki przy stosowaniu odpowiednich dawek leków przeciwgorączkowych
  - nieskuteczność maksymalnych dawek leków przeciwgorączkowych
  - gorączka powyżej 3 i więcej dni
3. Leki przeciwgorączkowe – preferowane Paracetamol (Eferalgan, Panadol), Ibuprofen (Ibufen, Nurofen)  
**Ważne!** - dla dzieci przeciwwskazane korzystanie z kwasu acetylsalicylowego (Aspirin).  
Nie każda gorączka potrzebuje podawania leków – dostaniesz zalecenie od lekarza.  
Również dostaniesz zalecenia o skutecznej dawce w zależności od wieku i wagi.
4. Poinformuj w następnej wizycie o nowych objawach (p.1), (zgłoś się na taką wizytę w razie pogorszenia)

Pamiętaj , że obecność objawów gorączki (nawet jako objawu pojedynczego) może być podejrzana w kierunku COVID 19 – możesz po rozmowie z lekarzem być skierowany na test.  
Chroń siebie i bliskich – zaszczep się przy pierwszej możliwości



## Рекомендації при лихоманці у дорослих і дітей

### 1. Повідомте про інші симптоми лихоманки

- нежить, кашель, біль у носових пазухах
- біль у горлі, нальот на мигдалинах, збільшення лімфатичних вузлів, утруднення ковтання
- блювота, діарея, біль у животі
- біль у м'язах, біль у кінцівках, головний біль з блювотою або без неї
- біль у спині, часте, болюче сечовипускання

### 2. Контроль температури - тривожним, особливо для дітей є:

- короткі інтервали між повторним підйомом гарячки при застосуванні відповідних доз
- неефективність максимальних доз жарознижуючих засобів
- лихоманка протягом 3 і більше днів

### 3. Жарознижуючі препарати – перевага віддається Парацетамолу (Ефералган, Панадол), Ібупрофену (Ібуфен, Нурофен).

**Важливо!** - для дітей заборонено використовувати ацетилсаліцилову кислоту (Аспірин). Не кожна лихоманка вимагає ліків – ви отримаєте рекомендації. Ви також отримаєте рекомендації щодо ефективної дози залежно від вашого віку та ваги.

**Ваші ліки (Leki przeciwgorączkowe)** \_\_\_\_\_

### 4. Повідомити під час наступного відвідування (ініціюйте таке відвідування при погіршенню стану) про нові симптоми (п.1)



## Рекомендации при лихорадке у взрослых и детей

1. Пожалуйста, сообщите о любых других симптомах, связанных с лихорадкой.
  - насморк, кашель, боль в носовых пазухах
  - боль в горле, налет на миндалинах, опухшие гланды, затрудненное глотание
  - рвота, диарея, боль в животе
  - мышечные боли, боли в конечностях, головные боли - с рвотой или без нее
  - боль в спине, частое, болезненное мочеиспускание
2. Контроль температуры – тревожными симптомами, особенно у детей являются:
  - короткие интервалы между повторными подъемами лихорадки при соответствующих дозах жаропонижающих средств
  - неэффективность максимальных доз жаропонижающих средств
  - лихорадка в течение 3 и более дней
3. Жаропонижающие препараты - предпочтительны Парацетамол (Эфералган, Панадол), Ибупрофен (Ибуфен, Нурофен).  
**Внимание!** - детям противопоказано применение ацетилсалициловой кислоты (Аспирин). Не каждая лихорадка нуждается в лекарствах — вы получите рекомендацию врача. Вы также получите рекомендации по эффективной дозе в зависимости от вашего возраста и веса.
4. Сообщите о появлении новых симптомов при следующем посещении (п. 1), (обращайтесь повторно в случае ухудшения состояния)

Помните, что наличие симптомов лихорадки (даже в виде одного симптома) может быть заподозрено инфицирование COVID 19 — вас могут направить на анализ после разговора с врачом. Защитите себя и близких - сделайте прививку при первой же возможности

