



## PENANGANAN DEMAM PADA ANAK



UNIT PROMOSI KESEHATAN  
RSUD PROF.DR.W.Z. JOHANNES  
KUPANG

- Tanda-tanda dehidrasi, yaitu diare, muntah-muntah, bibir kering, menangis tanpa keluar air mata, tidak mau makan atau menyusu, jarang atau tidak buang air kecil sama sekali
- Tampak sangat lemas
- Lebih sering mengantuk
- sesak napas
- Kulit pucat atau tampak kebiruan
- Pingsan

### Pengobatan

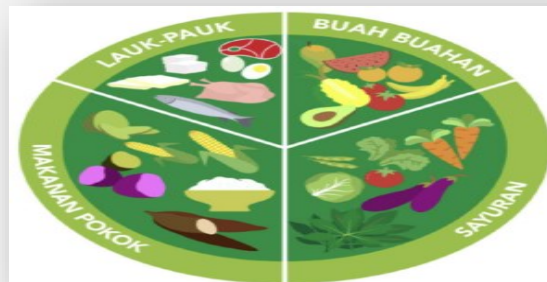
Untuk demam ringan, biasanya pengobatan tidak diperlukan. Kondisi ini cukup diatasi dengan perawatan rumahan, seperti:

- Cukupi kebutuhan cairan anak dengan beri minum air putih, jus atau cairan lainnya sehingga tidak dehidrasi.
- Berikan obat penurun demam yang relatif aman untuk anak atau resep dokter sesuai dosis dan petunjuk pemakaian obat.
- Jaga suhu ruangan agar tetap nyaman.
- Gunakan pakaian yang tipis agar panas tubuh dapat keluar.
- Periksa suhu tubuh anak secara teratur dengan menggunakan termometer.
- Cukupi kebutuhan istirahat anak.

- Kompres anak yang demam dengan air hangat pada selangkangan, dan ketiak anak
- Jaga agar anak tidak kedinginan atau kepanasan.
- Berikan makanan yang mudah dicerna dan yang disukai anak.

### Pencegahan

- Membiasakan mencuci tangan dengan air dan sabun, terutama sebelum makan, setelah menggunakan toilet, dan setelah berada di dekat orang sakit.
- Biasakan selalu menutup mulut dan hidung saat bersin atau batuk.
- Hindari menyentuh mulut, hidung, atau mata dengan tangan yang kotor.
- Tidak berbagi alat makan dan minum dengan orang lain.
- Makan makanan bergizi sesuai isi piringku
- Tidur cukup untuk anak-anak
- Biarkan anak beraktivitas fisik sesuai umur agar memiliki imunitas yang kuat



**SEMOGA LEKAS SEMBUH**

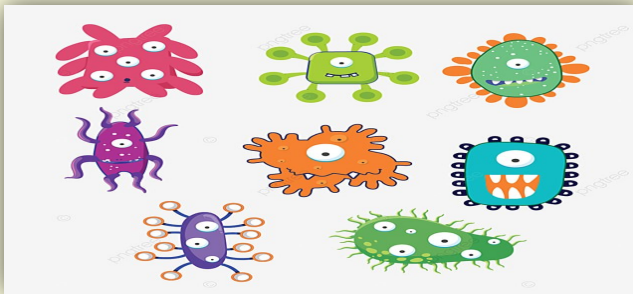
## DEMAM ITU APA?



Suhu tubuh normal pada anak berkisar antara 36–37°C. Demam pada anak adalah kenaikan suhu tubuh yang lebih dari 37,2°C bila diukur di ketiak, lebih dari 37,8°C bila diukur di mulut, atau di atas 38°C bila diukur di dubur.

Kebanyakan demam pada anak disebabkan oleh infeksi atau penyakit tertentu. Suhu tubuh yang tinggi dapat mempersulit bakteri dan virus penyebab infeksi untuk bertahan hidup.

Demam pada anak merupakan bentuk pertahanan tubuh yang berarti baik. Namun, penting juga untuk tetap waspada.



## TANGANI DEMAM SECARA TEPAT

### Gejala

- ♦ Suhu tubuh > 37,5°C
- ♦ Mudah marah, rewel, lemah dan lesu.
- ♦ Nafsu makan menurun.
- ♦ Menangis lebih sering.
- ♦ Bernapas dengan cepat.
- ♦ Kebiasaan tidur atau makan mengalami perubahan.
- ♦ Mengalami kejang.
- ♦ Merasa lebih panas atau lebih dingin daripada orang lain di ruangan yang terasa nyaman.
- ♦ Mengalami nyeri tubuh dan sakit kepala.
- ♦ Tidur lebih lama atau mengalami kesulitan tidur.

### Komplikasi

Demam pada anak dapat membaik dengan sendirinya. Namun, risiko komplikasi tetap ada. Misalnya pada anak usia 6 bulan hingga 5 tahun, mungkin saja mengalami kejang akibat demam.

Kejang biasanya menimbulkan masalah berupa hilangnya kesadaran dan gemetar pada kedua sisi tubuh

Meskipun hal ini menimbulkan rasa khawatir bagi orangtua, tetapi sebagian besar kejang demam tidak menyebabkan efek yang bertahan lama.

Beberapa komplikasi demam pada anak lainnya yang dapat terjadi, antara lain:

- ♦ Dehidrasi berat.
- ♦ Penurunan kesadaran atau halusinasi
- ♦ Penyakit serius yang tidak terdeteksi dan semakin memberat.

### Kapan harus ke dokter

Segera membawa anak ke dokter jika anak:

- Demam tinggi dengan suhu 40°C atau lebih.
- Berusia di bawah 3 bulan dan demam tinggi.
- Demam berlangsung lebih dari 72 jam (atau lebih dari 24 jam jika anak berusia di bawah 2 tahun).
- Mengalami demam disertai gejala lain seperti leher kaku, tenggorokan sangat sakit, sakit telinga, ruam, atau sakit kepala parah.
- Mengalami kejang.
- Tampak sangat kesakitan, kesal, atau tidak responsif.