



# Sukarra eta umeak: bikote arriskutsua?

J. Agirre

**S**ukarra izan ohi da, ospitalez kanpoko pediatrian, kontsulta-kasu guztietatik bostetik baten arrazoia (% 20,9), lehenengo postua ez tulak duelarik. Urtebetez azpiko umeetan sukarra da bigarren kontsulta-arrazoia, osasun-azterketa errutinazkoen (elikadura eta garapenaren kontrola, txertoak, etab.en) eta ez tularen atzetik. Datu estatistiko horiez gain, sukarra da urgentziako kontsuluten eta telefono-deien arrazoirik usuenetako bat.

## Zer da sukarra?

**G**orputzeko tenperaturaren erregulazioa eta kontrola hipotalamoan kokaturik dagoen zentru termorregulatzaileraren kontura egiten da nagusiki, beste leku batzuetan ere osatzen delarik. Garunaren erdialdean, bi hemisferioen artean dagoen zentru hau beste unitate txikiagoz dago osatua, eta

*Jaioberrien garaian izan ezik, umeen gorputzeko tenperatura helduena baino zertxobait altuagoa da, beren gorputz-azalera erlatiboa handiagoa delako eta metabolismo altuagoa dutelako seguruenik.*

mekanismo konplexuaren bidez geure tenperatura egonkor mantentzeaz arduratzen da. Mekanismo horiek aldatu edo nahasten direnean, tenperatura igo egiten da eta horrexer deitzen diogu sukarra.

Sukarra 42 °C-tik (ipurdian) ez igotzea eta 41 gradutik oso-oso gutxitan igotzea da sukarra fenomeno autorregulatua dela esateko seinalerik argiena.

Baina tenperatura igotzeak ez du derrigor gaixotasuna dagoenik esan nahi. Tenperaturak badu **erritmo zirkadiano** bat, egunekoa gutxi gora-behera, eta hor 0,25-0,8 graduko bariazioak sortzen dira arra-

tsaldeko seiak eta goizeko hirurak bitartean. Gaez tenperatura jaitsi egiten da, bere mailarik baxuena goizeko hiruretan lortuz, eta hortik aurrera pixkanaka-pixkanaka gorantz doa, arratsaldeko seiak inguruan mailarik altuenera iritsiz. Erritmo hau aldatu egiten da pertsona batetik bestera eta ez dago horrelakorik ume jaioberriengan; bigarren urte inguruan jartzen baita

**Urtebetez azpiko umeetan sukarra da bigarren kontsulta-arrazoia.**

martxan. Jaioberrien garaian izan ezik, umeen gorputzeko tenperatura helduena baino zertxobait altuagoa da, beren gorputz-azalera erlatiboa handiagoa delako eta metabolismo altuagoa dutelako seguruenik.

Ariketa fisikoak ere dezente igoraz dezake tenperatura, eta aldatketak sor ditzaketen beste faktore batzuk ingurugiroko tenperatura, asaldura emozionalak eta proteina-tan aberats diren janariak irenstea izango lirakeke.

Asko eta oso desberdinak dira sukarra izateko arrazoiak. Infek-





**Ama asko oso fido dira umearen temperatura aztatu hutsarekin jakiteko duten gaitasunaz. 1974ean egindako azterketa batean Bergenson-ek % 42tan akatsak aurkitu zituen horrela egindako balorazioetan.**

zioak dira, noski, usuenak, baina badira, infekzio ez diren eta sukarraren eragiteko gai diren beste gaixotasun batzuk.

Ama asko oso fido dira umearen temperatura aztatu hutsarekin jakiteko duten gaitasunaz (esku-ahurrarekin, eskugainarekin edo ezpainekin umearen kopeta edo beste

gorputz-zati batzuk ukituz). 1974ean egindako azterketa batean Bergenson-ek % 42tan akatsak aurkitu zituen horrela egindako balorazioetan. Beraz, sistema hori gorputzaren temperatura zehazteko ez dela fidagarria esan daiteke.

### Non hartzen da temperatura?

**G**orputzeko temperatura hartzeko punturik agizkoenak ahoa (mihiaren azpia), besapea edo galtzarbea eta ondestea (ipurtzuloa) dira.

#### Ahoko temperatura

Tenperatura aho-barruan hartzen ez litzateke saiatu behar bospasei urte bete aurretik, eta horretarako behar-beharrezkoa da umeari ongi laguntzea.

Lokalizazioak zehatza izan behar du (mihiaren azpia) eta hori jarrita egon behar luke termometroak minutu bat edo gehixeago, elektronikokoak izan ezik (hauek "bizkorra-goak" dira eta lortutako tenperatu-

### Nola hartzen da temperatura?

**T**ermometroa gorputzeko temperatura neurtzeko erabili izanaren lehenengo erreferentzia historikoa 1870ekoa da eta Wunderlich-ek deskribatu zuen. Orduan termometro-mota desberdinak agertuz joan dira, eta gaur egun hiru dira normalean erabili ohi direnak: jadanik ohizkoa den merkuriozkoa, temperatura-aldaketan bidez kolorez aldatzen diren plastikozko tiratxoak eta azken urteotan gero eta arruntago bihurtu diren termometro elektronikokoak edo irakurketa digitalekoak. Hiru mota horietan fidagarrienak merkuriozkoak eta elektronikokoak dira; plastikozko tirak, temperatura-aldaketak atzeman arren, ez baitizkigu zifrak zehatz ematen.

Garrantzi handia du termometroa jarrita mantenduko deneko denborak, eta hori noski, lokalizazioaren arabera aldatuz joango da.



**Gorputzeko temperatura hartzeko punturik agizkoenak ahoa, besapea edo galtzarbea eta ondestea dira.**





**Guraso askok sukarra tratatzea, bera sortarazi duen arrazoia tratatzea baino urgentiagoa dela uste dute.**

ra ipurdian hartutako baino 0,5 gradu (5 hamarreneko) baxuagoa da). Garrantzi handikoa da janari hotzek edo beroek ere gradu bat edo biko oszilazioak sor ditzatekeela jakitea. Beraz, neurketa jatorduetatik ahalik eta urrunen egitea gomendatzen da.

#### Besapeko tenperatua

1984ean egindako lan batean, Kresch-ek besapeko tenperatura oso aldakorra dela, eta sukarra neurtzeko sentikortasun txikikoa dela aurkitu zuen. Balio egokia emateko gaitasuna eskasa da eta zortzi bat minutu behar ditu merkuriozko termometro batekin tenperatura erregistratzeko; ez ordea termometro elektronikoarekin. Kresch-ek esandako guztiaren gainera eta kontra, galtzarbea da gure artean urtebetetik gorako umeengan, tenperatura hartzeko lokalizazioz aruntena. Horrexegatik, merzezi du teknika egokia zein den esateak. Merkuriozko anpulua edo



nutu merkuriozko termometroaren kasuan).

Besapeko tenperatura ipurdikoa baino gradu bat apalagoa edo baxuagoa izan daiteke.

#### Ipurdiko tenperatura

Hauxe da gorputzeko tenperaturaren berri ongien ematen duena, eta zalantzarik gabe, ondestea da leku gomendagarriena; urtebetez azpiko haurretan batipat. Teknikak baditu bere arriskuak, oso txikiak baldin badira ere, eta istripuak merkuriozko zutabea hautsi egin delako aipatu izan dira (termometroa umearen ipurdiaren barruan zegoen bitartean) eta baita perforazioak ere, teknika desagokiak direla eta. Termometro elektronikoak erabiltzeak aipatutako arriskua (oso-oso nekez gertatu arren) saihestu egin du.

Metodo hau aukeratuz gero, termometroa bost bat zentimetro sartu behar da ondeste-kanalean, arreta handiz, 2-3 minuturen buruan irakurketa eginez. Umea ahozpepe dagoela (gure belauenen gainean adibidez), esku batekin

ipur-masailak banandu eta bestearekin termometroa ipurtzulora sartuz, ondoren ipur-masailak itxi egingo ditugu, tenperatura irakurtzeko unea iritsi arte umeari gogor eutsiz (mugimendu zakarrrik egin ez dezan).

Ahoko eta besapeko tenperaturaren kasuan egindako erreferentziak beti dira ondeste-tenperaturarekiko ere. Pediatra, beraz, oso ohitua dago amak bere umearen tenperatura esan dionean, horrelako esaldi batekin amaitzen: "bost dezima deskontatu ditut, termometroa ipurtzuloan jarri dut eta". Ikusi dugunez, aldea 5-10 hamarrenekoa izan daiteke. Kontuz, bada, leku desberdinetan hartutako tenperaturak konparatzeko orduan.

#### Zein da tenperatura normala?

**E**z da erraza (ezinezkoa dela ere esan daiteke) gorputzaren tenperaturaren mugak zein diren erabakitzen, beste hainbat datu fisiologikorekin gertatzen den bezala. Hala ere, baldintza basaletan ipurtzuloan tenperatura normala 37,5 gradu ingurukoa dela uste da, beti ere aurrez aipatu ditugun bariazio horiek kontuan edukiz; normaltasunaren barruko oszilazioak besterik ez baitira.

**Gaur egun ez dago erabat argi sukarra "laguna" edo "etsaia" den.**

**Beraz, oraindik ez dago argi tratatu egin behar den ala ez.**

termometro elektronikoaren sentorea besoaren eta bularraldearen artean sortzen den tolesturan jarri behar da. Besoa gurutzatu egin behar da bular aurrean beste aldeko sorbaldaraino eramanez, eta horrela eutsita mantendu, umeak behar bezala laguntzen ez badu, behar den denbora osoan (5-8 mi-



## Nola tratatzen da?

**S**ukarrak familiaren barruan sortzen duen larritasuna dela medio, gurasoek hori tratatzea sukarra sortarazten duen arrazoia bera tratatzea baino urgenteagoa dela uste dute. Askotan, gainera, sukarrak derrigor antibiotikoa eskatzen duela pentsatzen dute, eta hasiera-hasieratik horietako bat erabili nahi dute, medikuari kontsultatu ere egin gabe. Gaur egun ez dago oraindik erabat argi sukarra "laguna" edo "etsaia" den; sortu duen arrazoiaren eboluzioa izan daitekeen ala ez. Beraz, oraindik ez dago argi sukarra tratatu egin behar den ala ez.

Dena den, sukarra tratatzeko bada hainbat iradokizun. Tenperatura jaitea botika bidez eta botikarik gabe ere lor daitekeenez, lasai egon gaitzeko sukarra (ipurdiko tenperatura 37,5-38 °Ctik gorakoa) umearentzat ez dela arriskutsua pentsatuz (41 °C-tik pasatzen ez bada eta hau oso arraroa da). Sukar altua edukitzeak ez du derrigor konbultsioa esan nahi; prozesu horiek aurrez joera berezia duten

umeengan bakarrik agertuko baitira (portzentaia oso txikia). Kasu horietan, dena den, pediatrik behar diren neurriak hartuko ditu, kasu bakoitzaren arabera.

Iruzkina guzti horiek onartuta ere, eta ez da gutxi, gerta daiteke sukar altua daukan umea egoera txarrean, gaizki aurkitzea. Kasu horretan (alegia, sukar altua + gorputzaldi txarra) hona hemen, labur-labur, har daitekeen hainbat neurri. Ura edo beste likidoren bat eskaini, aldiko gutxi baina maiz. Ume koxkortuagoak eskatu egiten du, baina haur txikiekin oso adi egon beharra dago (deshidratazioaren arriskua), umeari arropa kenduz; jantzi eta manta gehiegi izateak tenperatura jaitea oztopatu egiten baitute. Oso baliagarria da, era berean, ur epeletan bustitako esponja batez umea freskatzea (besurreak, zangoak eta kopeta batez ere). **Koloniaz edo alko-**

**holez igurtzitzea oso arriskutsua da beti**, odoleko glukosa-maila jaitsi egiten duelako, eta konea etor daitekeelako.

Umearen tenperatura hala ere altua bada, **baineran jar daiteke, ur epeletan beti**, ur hotza ebitatuz; bapateko hoztualdia hotzikarak sortaraziko baitizkio umeari, eta tenperaturak berriro ere gorantz egingo bailuke.

## Oso baliagarria da ur epeletan bustitako esponja batez umea freskatzea. Koloniaz edo alkoholez igurtzitzea oso arriskutsua da.

Etxeko neurri hauez gain (etxe-koak bai, baina probetxuzkoak inolako zalantzarik gabe) pediatrik sukarra jaitziarazteko botikaren bat edo beste (ANTITERMIKO esaten zaie) ematen du, ahal bada behintzat ahoz hartzeko, Supositorioak gorakoak daudenerako utziko dira.

Sukarraren kontrako botikak era askotakoak dira, baina gaur egun askoren joera horietako bat, azido azetil-salizilikoa (ASPIRINA, denok ulertzeko esanda) hamabi urtetik gorako umeentzat bakarrik uztea da, eta bereziki ekintza anti-termikoaz gain inflamazioren kontra ere borrokatu nahi den kasuetarako. Eta hori zergatik? Bada, aspirinaren eta Reye-ren sistemen artean egon daitekeen erlazioa gatik.

Lehen esan bezala, sukarra ez da arriskutsua, egoera eta baldintza berezietan izan ezik, baina umearen gorputzean zerbait ez dagoela ondo abisatzen digun seinaleztat hartu behar da. Seguruena infekzioren bat izango da; tenperatura altuagoarekin ez larriagoa derrigor. Eta arrazoia ahalik eta lasterren bilatzen saiatuko gara, gure ohizko pediatriari kontsultatuz edota hark lehendik adierazi digun urgentzi zerbitzura joanez.



**Sukarra ez da arriskutsua, egoera eta baldintza berezietan izan ezik, baina umearen gorputzean zerbait ez dagoela ondo abisatzen digun seinaleztat hartu behar da.**