

## Soovitused lastel palaviku alandamiseks ja valu raviks

olukorras, kus ibuprofeeni või paratsetamooli siirupeid ei ole võimalik kasutada

**Üldravi:** Piisav vedeliku tarbimine. Teoreetiliselt piisab 10 kg kaaluvale lapsele 1000 ml ööpäevas (sh toidu sees olev vedelik). 20 kg kaaluvale lapsele loetakse piisavaks 1500 ml. Kerge toit energiavaru taastamiseks. Puhkus ja ülemäärase kehalise aktiivsuse vältimine.

Nakkusega seotud kuni 38,5 C palavik iseenesest alandamist ei vaja, aga kui lapsel on teisi infektsioonist tingitud sümptomeid, nagu lihasevalud, peavalu, iiveldus, valud, halb enesetunne või märkimisväärne väsimus, võib palavikualandajaid kasutada.

**Aspiiriini (atsetüülsalitsüülhapet) ei tohi laste puhul palavikualandajana kasutada, sest selle tarvitamine on seotud maksa- ja ajukahjustuse (Reye´ sündroomi) riskiga.**

### 1. Palaviku leevendamine alla 3 kuu vanusel imikul

Alati tuleb nõu pidada arstiga, kes määrab lapsele sobivaima ravi.

### 2. Palaviku leevendamine üle 3 kuu vanusel lapsel:

#### **Paratsetamool**

Ühekordne annus on 10-15 mg/kg, maksimaalne lubatud koguanus ööpäevas on 60 mg/kg kohta. Hetkel ei pruugi tarneraskuste tõttu olla saada väikelastele mõeldud siirupeid, kuid sobivaks alternatiiviks on paratsetamooli sisaldavad rektaalsuposiidid (päaraküküünlad). Paratsetamooli suposiite on erinevates annustes (80 mg, 125 mg, 250 mg, kuid neid ei pruugi olla). Manustada tuleb terve suposiit – seda ei tohi poolitada ega purustada.

5 kg kuni 15 kg kaaluvad lapsed: paratsetamooli võib anda iga 6 tunni järel

| Lapse kaal   | Paratsetamooli ühekordne annus | Manustatavate suposiitide arv | Päevane maksimaalne suposiitide arv |
|--------------|--------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| 5 kuni 10kg  | 80mg                           | 1                             | 4                                   |
| 10 kuni 15kg | 125mg                          | 1                             | 4                                   |

15 kg kuni 25 kg kaaluvad lapsed: paratsetamooli võib anda 4-6 tunni järel.

| Lapse kaal   | Paratsetamooli ühekordne annus | Manustatavate suposiitide arv | Päevane maksimaalne suposiitide arv |
|--------------|--------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| 15 kuni 25kg | 250mg                          | 1                             | 4                                   |
| üle 25kg     | 250-500mg                      | 1-2                           | 4                                   |

Apteekides on saadaval 250 mg paratsetamooli tabletid (nt Paramax Junior), vajadusel võib kasutada ka 500 mg tablette, millel on poolitusjoon ning mille saab võrdseteks annusteks jagada (Paramax, Paracetamol Grindeks). Täpset soovitusi küsida apteegist.

Lastel, kes suudavad tabletti neelata, on piisava kehakaalu korral võimalik kasutada ka tablettivormis paratsetamooli.

### **Ibuprofeen**

Ühekordne annus on 7-10 mg/kg, mida võib korrata 6-8 tunni järel. Maksimaalne lubatud koguanus ööpäevas 30 mg/kg kohta.

Tablett tuleks poolitada sõrmede vahel mööda poolitusjoont võimalikult täpselt. Kuna ibuprofeeni näol ei ole tegu väikese terapeutilise vahemikuga ravimitega, siis liigset hirmu tundma ei peaks kui tablett ideaalselt ei poolitu. Vajadusel võib vahetult enne manustamist tableti omakorda lusikaga tassis peenestada ning lisada väikesele kogusele (5-10 ml) mahlale või muule magusale vedelikule, et lapsel neelamist lihtsustada. Magusa toiduaine lisamine on vajalik ravimi kibeda maitse maskeerimiseks. Kui laps vajab 50 mg või 150 mg annust, vt allpool 3. Erijuhud – ektemporaalne valmistamine

| Lapse kehakaal (vanus)                             | Üksikannus         | Maksimaalne ööpäevane annus |
|--|--------------------|-----------------------------|
| 5 kuni 6 kg<br>(6 kuni 8-kuused imikud)            | 50 mg ibuprofeeni  | 150 mg ibuprofeeni ööpäevas |
| 7 kuni 9 kg<br>(9 kuni 12-kuused imikud)           | 50 mg ibuprofeeni  | 200 mg ibuprofeeni ööpäevas |
| 10 kuni 15 kg<br>(1 kuni 3-aastased imikud/lapsed) | 100 mg ibuprofeeni | 300 mg ibuprofeeni ööpäevas |
| 16 kuni 20 kg<br>(4 kuni 6-aastased lapsed)        | 150 mg ibuprofeeni | 450 mg ibuprofeeni ööpäevas |
| 21 kuni 29 kg<br>(7 kuni 9-aastased lapsed)        | 200 mg ibuprofeeni | 600 mg ibuprofeeni ööpäevas |

3. **Erijuhud – ektemporaalne valmistamine:** Väikelastel, kellele pole võimalik kasutada ühtegi eelnevalt mainitud ravimit, on perearstil võimalik välja kirjutada ektemporaalne ravim 50 mg ja 150 mg ibuprofeeni annustamiseks. See tähendab, et arst kirjutab palavikku langetavale ravimile retsepti ning apteegis valmistatakse lapsele sobivas annuses pulbrit. Pulbritega antakse kaasa ka korrektne suukaudne manustamisjuhhis.

Ravimi väljakirjutamisel peaks arst panema kirja ühekordse annuse suuruse ja päevase annustamise skeemi, nt:

Rp: 50 mg ibuprofeeni pulbrit 3 korda ööpäevas.

Apteeker valmistab pulbri kas 200 või 400 mg ibuprofeeni tablettidest ja pakendab. Kuna tekkiva pulbri kogus on piisavalt suur, siis ei ole vajadust lisada täiendavaid abiaineid. Pulber on ebameeldiva kibeda maitsega, seega tuleks lapsele seda manustada koos vähese koguse mahla või muu magusa vedeliku või toiduga. Pulber kallata lusikasse või topsi, lisada maitse muutmiseks vedelik ja segada. Manustada korraga.

### 4. **Oluline teave**

Palavikku alandavate ravimite kasutamise puhul on oluline alati juhinduda **lapse kehakaalust** – väikelastel võib vanusest sõltumata olla väga erinev kehakaal ning sageli tuleb seetõttu ette ravimi alaannustamist. Apteekrile tuleks alati öelda lapse tegelik kehakaal nii saab apteeker soovitada lapsele sobivaimat ravimvormi.

Kui ravimit on vaja võtta kauem kui 3 päeva või kui sümptomid ägenevad, tuleb konsulteerida arstiga.

Juhendi aluseks on võetud Synbase EBM "Palavik lapsel" ravijuhend ning laste palavikualandajate ravimi omaduste kokkuvõtted.

Juhendi koostasid Eesti Proviisorapteekide Liit, Eesti Perearstide Selts ja Ravimiamet

Detsember 2022