Szakmai irányelv a gyermekkori lázas állapotok ellátásáról

Szemléletváltás, korcsoportos lázmérés, rizikóbecslés és szupportív védőnői gondozás

Forrás: Egészségügyi Közlöny, LXXV. évfolyam 4. szám, 2025. március 5. 2026/04. szám

A Belügyminisztérium hivatalos egészségügyi szakmai irányelve alapjaiban formálja át a 0–18 éves, krónikus alapbetegségben nem szenvedő gyermekek lázas állapotának ellátási protokollját. A szakmai kollégiumi tagozatok – köztük a Védőnő Tagozat – konszenzusával életbe lépett útmutató szakít az agresszív lázelnyomással, és a gyermeki szervezet természetes élettani válaszát támogató, komfortközpontú gondozást teszi kötelező érvényűvé a magyar alapellátásban.

Miért fontos ez az irányelv a védőnők számára?

A területi védőnői ellátás (szakmakód: 7901) a családok első vonalbeli partnere. A védőnő kulcsszereplő a szülői „lázfóbia” oldásában, a felesleges és veszélyes gyógyszer-túladagolások megelőzésében, a súlyos kockázati állapotok korai triázsolásában, valamint az élettani lázmenetet kísérő szakszerű otthoni ápolás megtanításában.

I. A legfontosabb újdonságok és szemléletváltás

A hatályos szakmai irányelv a korábbi szupresszív, lázelnyomó gyakorlattal szemben a korszerű, szupportív ellátást és a gyermek komfortját helyezi a középpontba, amelynek legfontosabb alapelvei az alábbiak:

- **A láz hasznos adaptív immunválasz:** A láz a szervezet kontrollált, adaptív védekező reakciója a fertőzésekkel szemben, amely támogatja az immunrendszer működését. Önmagában nem okoz szervi károsodást.
- **Komfortelvű gondozás a lázcsillapítás helyett:** A kezelés célja nem a testhőmérséklet normalizálása, hanem a lázzal járó rossz közérzet és fájdalom enyhítése. Jó általános állapotú gyermek rutinszerű gyógyszeres lázcsillapítása nem indokolt.
- **Fizikális hűtés elvetése:** A hűtőfürdő és a priznic alkalmazása nem javasolt, mivel az érszűkület és a didergés fokozza a belső hőtermelést, és rontja a komfortérzetet.
- **Lázgörcs prevenciójának mítosza:** A lázcsillapító gyógyszerekkel a lázgörcs nem előzhető meg és nem szüntethető meg. Megelőzési céllal lázcsillapító adása még korábbi görcs esetén sem indokolt.
- **Védőoltások előtti/utáni profilaxis tilalma:** Rutinszerűen tilos lázcsillapítót adni oltások előtt vagy közvetlenül utánuk, mert gátolhatja az ellenanyag-választ.

Korábbi gyakorlat

Szupresszív szemlélet

- 38,0 °C felett kötelező lázat csillapítani
- Rutinszerű hűtőfürdő és priznic
- Lázcsillapító a lázgörcs megelőzésére
- Oltás után automatikus lázcsillapítás
- Váltott és kombinált hatóanyagok rutinszerű adása

Új gyakorlat

Szupportív szemlélet

- A közérzetet látjuk el, nem a számot
- Fizikális hűtés NEM JAVASOLT, tilos didergetni
- A lázcsillapító nem véd a lázgörcstől
- Rutinszerű oltási profilaxis NEM JAVASOLT
- Egyféle hatóanyag, szigorúan súly szerint

II. Korcsoportos lázmérés és strukturált kockázatbecslés

A lázas gyermek állapotának biztonságos megítéléséhez elengedhetetlen az életkornak megfelelő, helyes mérési módszer alkalmazása, valamint a tünetegyüttesen alapuló, strukturált rizikóbecslés elvégzése.

A láz definíciója és a lázmérés szabályai

Hazai gyakorlati szempontból a **38,0 °C feletti maghőmérsékletet** tekintjük láznak.

- **0–1 éves korban**: Rektális mérés az elsődleges (ebből 0,5 °C levonandó).
- **1–3 éves korban:** Rektális vagy axilláris mérés (hónaljhoz 0,3–0,5 °C hozzáadandó).
- **3 év felett:** Axilláris vagy fülhőmérő.
- **Fontos:** A távolsági infravörös (homlok/csukló) eszközök csupán tájékoztató jellegűek!

Kockázatbecslési táblázat - NICE kritériumok alapján

Vizsgált terület	Alacsony kockázat	Közepes kockázat	Magas kockázat
Életkor és láz időtartama	> 6 hó < 3 napja tart	>6 hó 3-5 napja tart	0-3 hó >38,0 °C / <36,5 °C 3-6 hó > 39,0 °C Bármely életkorban >41,5 °C vagy 5 napnál tovább tartó láz
Bőr és keringés	Normál bőrszín, nedves nyálkahártyák, normál pulzus	Sápadtság, elhalványuló kiütések, kapilláris telődés (CRT) ≥ 3 sec, emelkedett pulzus	Sápadt / szürke / cyanotikus bőr, nyomásra nem elhalványuló bőrvérzés, pulzus > 180/min
Tudatállapot és neurológiai tünetek	Éber, mosolyog, normális sírás	Aluszékony, csökkent aktivitás, szokatlan fejhangú sírás	Nem ébreszthető, gyenge / fejhangú sírás, tarkókötöttség, lázgörcs, elődomborodó kutacs
Légzés	Normál légzésszám	Enyhe tachypnoe (>50/min csecsemőnél)	Súlyos tachypnoe (>60/min), nyögő légzés, szaturáció <90%
Hidratáltság	Normál turgor, itatható, van vizelete	Száraz száj, beesett kutacs, >6 órája nem ivott / nem vizelt	Csökkent turgor, tartós hányás, >12 órája nem itatható / nincs vizelet

ERŐS AJÁNLÁS: Bármely magas kockázatú tünet észlelésekor, állapotromlás esetén, vagy ha a szülő bizonytalan a gyermek állapotának megítélésében, haladéktalan orvosi ellátás szükséges. Közepes kockázatú állapotban lehetőség szerint 12 órán, de legkésőbb 24 órán belül elengedhetetlen a gyermek újabb kockázatbecslése vagy orvosi vizsgálata. Alacsony kockázat mellett az otthon ápolt gyermek tüneteit és állapotát 6 hónapos és 3 éves kor között 24 óra múlva, 3 éves kor felett pedig 24–72 órán belül kötelező újraértékelni.

III. A védőnő szerepe

1. Felkészítés és prevenció

- **Szemléletformálás a gyermekágyas időszaktól:** A láz élettani szerepének elmagyarázása, szülői szorongás csökkentése.
- **Házipatika audit:** Egyetlen lázcsillapító hatóanyag tartása otthon. Szalicilátok (Aspirin, Kalmopyrin) szigorú tiltása 14 éves kor alatt a Reye-szindróma veszélye miatt!
- **Folyadékedukáció:** Tudatosítani, hogy minden 1 °C testhőmérséklet-emelkedés 10–15%-kal növeli a folyadékigényt.
- **Üvegpohár-teszt:** Tanítsuk meg a szülőket arra, ha a lázas gyermek testén kiütés keletkezik, végezzék el a tesztet. Nyomjanak a területre átlátszó üvegpoharat, ha a kiütés a nyomásra NEM halványodik el (petechia/purpura), az súlyos szisztémás fertőzés, bőrvérzés jele!

2. Akut ellátás támogatása

- **Strukturált kikérdezés:** Életkor, láz kezdete, mért érték, kísérő tünetek, légzés, folyadékbevitel, vizeletürítés.
- **Hatóanyag-ellenőrzés:** Felhívni a figyelmet, hogy a különböző fantázianevű szirupok/kúpok azonos hatóanyagot (pl. paracetamolt) tartalmazhatnak – a túladagolás elkerülése kötelező!

Emelkedő szakasz	A szervezet hőtermelése fokozódik, amit didergés, hideg végtagok és vacogás kísérhet. Ilyenkor a legfontosabb teendő a gyermek betakarása és a hideg kezek, lábak kíméletes felmelegítése.	
Tetőző szakasz	Egyensúly alakul ki a hőtermelés és a hőleadás között, amit a gyermek kipirult arca, valamint átmelegedett kezei és lábai jeleznek. Ebben az állapotban a cél a kíméletes hőleadás biztosítása túlhűtés nélkül.	
Csökkenő szakasz	Megindul a fokozott hőleadás, ami izzadással, párologtatással jár. Ilyenkor a legfontosabb teendő az izzadság kíméletes felitatása, a nedves öltözék azonnali száraz ruhára váltása, valamint az elveszített sók és folyadék pótlása.	

3. Lázgörcs menedzsment

- **Görcs alatt:** Biztonságos elhelyezés, stabil oldalfekvés a légutak biztosítására. Időmérés!
- **Tilos:** A gyermeket lefogni, szájába nyúlni, újraélesztést kezdeni vagy hűteni!
- **Mentőhívás:** Ha a görcs 5 percnél tovább tart, ha a légzés nem rendeződik, vagy ha sérülés történt.

Teendők és tudnivalók az első lázgörcs esetén:

Először jelentkező lázgörcs esetén a roham lezajlása után mindenképpen orvosi vizsgálat szükséges az okok tisztázására, 5 percnél tovább tartó görcs, légzészavar vagy fejsérülés esetén azonnal mentőt kell hívni. Fontos megnyugtatni a szülőt, hogy az egyszerű lázgörcs nem okoz agykárosodást, a lázcsillapítók megelőző adása nem véd a görcsrohamok ellen.

IV. Összefoglalás

A gyermekkori lázas állapotok korszerű ellátása nem a testhőmérséklet agresszív elnyomásáról, hanem a gyermek komfortjának biztosításáról és a veszélyjelek korai felismeréséről szól. A védőnő ebben a folyamatban kulcsszerepet tölt be. Az élettani lázmenet megismertetésével, a szülői lázfóbia enyhítésével és a zárt betegút biztosításával segíti a családokat a biztonságos otthoni ápolásban.

1. Kommunikáció

ÍGY TÁMOGASD A SZÜLŐT

- A láz azt jelzi, hogy a szervezete küzd a kórokozók ellen, ez egy hasznos reakció.
- Nézzük meg, hogyan érzi magát a baba, tud-e inni, és van-e nedves pelenkája.
- Csak akkor adjunk gyógyszert, ha nyűgös, fájdalmai vannak vagy nagyon elesett.

Megnyugtató, partneri és tényeken alapuló kommunikáció.

MIT ÉRDEMES ELKERÜLNI?

- Azonnal le kell vinni a lázát, mert kárt tesz a szervezetében!
- Mindenképp csillapítsuk a lázat, nehogy görcsöt kapjon a gyermek!
- Felváltva adjunk kétféle szirupot 4 óránként, hogy lemenjen 37 fokra.

Kerüljük a riogató, félrevezető vagy elavult megfogalmazásokat.

2. A védőnő kulcsszerepe



A védőnő az egyetlen szakember, aki a perinatális időszaktól jelen van a család életében. Felkészítésével megelőzi a lázpánikot és a gyógyszertoxicitást, a lázas epizód során megbízható triázst és biztonsági hálót nyújt, lecsengés után pedig feldolgozza az élményt a szülőkkel – ezáltal tehermentesíti a sürgősségi ellátást és garantálja a kritikus állapotok időben történő felismerését.

Take away üzenet

A láz nem szörnyeteg, amit le kell győzni, hanem a gyógyulás szövetségese.

Ez a kiadvány a Belügyminisztérium „A lázas állapot ellátásáról gyermekkorban” című egészségügyi szakmai irányelve (002308) alapján, védőnők számára készült gyakorlati összefoglaló. Célja a legfontosabb változások és védőnői szempontok közérthető kiemelése, **nem helyettesíti azonban az irányelv teljes szövegének megismerését és az abban foglalt ajánlások pontos alkalmazását.**