

## הנחיות להורים כאשר ילדים עם חוס גבוה

- חוס גבוה זה לא מחלה
  - פחד מחוס גבוה ולמה זה יכול להביא
  - רחמים במצבי חוס גבוה יכולים להזיק לילד.
  - המלצות להורים
  - איך אפשר לעזור לילד עם חוס גבוה
  - סימפטומים שכדי לשים לב עליהם
  - מתי "מצב חרום"
- שאלה של חוס גבוה מדאיגה את רוב המוחלט ובמיוחד את הורים וקרובי משפחה של הילד.
- אפילו ישנו מונח "טרמופוביה", פחד מחוס גבוה.
- מדוע תהליך הטבעי של איזון חוס גוף ומביא למצבי פניקה?  
בואו נברר מה זה חוס גבוה ולמה הוא מופיע?

### חוס גבוה זה לא מחלה

חשוב לדעת שחוס גבוה זה לא מחלה, דווקא ההפך, זה ניסיון של האורגניזם להפטר ממחלה. זו תגובה הגנתית שמגבירה את היכולת של מערכת חיסונית.

עליה של חוס כתגובה להדבקה מחיידקים או וירוסים – זה נשק אדיר של מערכת חיסונית.

יתרה מכך, זה תנאי החשוב ביותר של מערכת חיסונית לשינוי ממצב "רגיל" למצב "קרבי" שדורש חוס מעל 38 מעלות לייצור של אינטרפרון – החומר של מנגנון ההגנה נגד וירוסים, חיידקים, ואורגניזמים זרים שונים.

כאשר פתוגן חודר לגוף, התגובה הטבעית של האורגניזם תהייה עלית החוס.

חוס גבוה חשוב במיוחד כי באותו זמן גוף מנסה לבצע כמה פעולות חשובות:

1. חוסס ריבוי של פתוגנים (חיידקים, וירוסים וכו')
2. מגביר כמות של תאים לבנים בדם (ליקוציטים) שתפקידם לבלוע פתוגנים.
3. גורם למצב "חולי", שדורש מנוחה לצורך הגברת כוחות ומכוון למלחמה עם מחלה.

חוס גבוה מעל 39-40 – זה לא סימפטום של מחלה קשה אלא הוכחה של מערכת חיסונית עובדת קשה כדי להיפטר מרעלנים ולסיים את המחלה.

ילדים מסוגלים לעבור קפיצות של חוס ללא נזקים. העבודה הכי קשה לשכנע את **ההורים לא לעשות כלום** כאשר החוס עולה. הילדים מסוגלים להתמודד עם המצבי עליית החוס.

## נזקים מטרמופוביה

למרות שרפואה מודרנית מתייחסת לחוס גבוה כסימפטום של תהליך דלקתי ולא כגורם זדוני, להורים וגם לחלק מרופאים עדיין יש פחד מחוס גבוה (טרמופוביה), שבא לידי ביטוי בדחיפות להוריד את החוס, כאילו החוס בעצמו יכול לגרום נזק. היום ישנן תרופות להורדת חוס שבאופן מידי מפסיקים את התהליך הריפוי. אפשר להשוות את התהליך עם מצב כאשר גנב נכנס לבית ומערכת האזעקה מופעלת, אבל מגיע בעל בית ולא מתייחס לגנב ומכבה את האזעקה, ומאפשר לו להסתובב בביתו חופשי.

בדיוק לפי המנגנון הזה עובד הגוף שלנו. תרופות להורדת חוס מכבות את המנגנון האזעקה וההגנה הגוף שלנו נשאר ללא הגנה מפני הפולש. הורדת חוס בעזרת התרופות גורמת למערכות הגוף להפסיק לפעול ויכולה להביא למצבי סיכון בריאותי.

גם כן זה יכול לגרום לכך שמחלה אקוטית הופכת להיות מחלה כרונית. בהרבה מקרים שמנו לב שכאשר משתמשים בתרופות להורדת חוס מחלה הופכת להיות ממושכת. הגוף צריך להתמודד עם כמות גדולה יותר של פתוגנים שמתרבים במהירות רבה בזמן הדיכוי חוס. זה מוביל להחלשות של הגוף ולשיבוש היכולת שלו להעלות את הטמפרטורה ביעילות תוך לחימה בחיידקים ווירוסים.

יש מצב נוסף כאשר נדמה כי המחלה נעלמת ואחרי תקופה קצרה חוזרת שוב. זה אומר שגוף לא קיבל הזדמנות להתמודד בכוחות עצמו נגד הפתוגנים. חוץ מזה, שימוש ממושך ובתדירות רבה בתרופות להורדת חוס גורם נזק בכבד. לפי הנתונים של סטטיסטיקה רפואית ב ארצות הברית מגלים שהסיבה הראשונה של כשל תפקודי כבד היא פגיעה בלתי הפיכה של כבד בגלל השימוש בפרצטמול (דקסומול, אקמול, פמול, וכו'). השימוש באספירין בזמן של חוס גבוה מאוד מסוכן, ולעלו לגרום לפגיעה קשה במוח (סינדרום ראי).

**בישראל הסיבה להרעלת (500-1000 כל שנה) וגורם למוות משימוש בתרופות להורדת חוס. - המשפט לא ברור**

על פי רופאים מודרניים רבים, מדענים ומומחים בתחום הרפואה אינטגרטיבית- אין צורך בהורדת חוס (למעט מחלות גנטיות חמורות, מכת חוס, מכת שמש, הרעלה מחומרים כימיים שפוגעים בתאי המוח שאחראים על מרכז תרמו). כל החוס הוא לא מסוכן אלא אם נגרם ע"י שמש או הרעלת כימיקלים. במחלות אחרות, הטמפרטורה לא תעלה מעל הערך שהגוף יכול לשאת. במחלות זיהומיות נפוצות, הטמפרטורה רק לעתים רחוקות עולה יותר מ 41 מעלות צלסיוס, בדרך כלל לא מעל 40. ואם לילד הטמפרטורה 40 מעלות זאת אומרת שבדיוק הטמפרטורה הזאת צריכה להיות במצבו כדי להתמודד עם הזיהום.

**רחמים- איך זה יכול לגרום נזק**

רבים אומרים שלא יכולים לראות איך ילד סובל, לא רוצים "לענות" אותו יותר וכן הלאה. אבל אין להם מושג כיצד אותה חמלה משפיעה על הילד שלהם. יש לזכור שהגוף עצמו מעלה את הטמפרטורה ולא משהו זר. הגוף לא ייצר לעצמו חום כזה שהוא לא יכול לשאת. כוחותיו מכוונים דווקא לריפוי ולא להתאבדות. לעתים קרובות, התערבות חסרת התחשבות בתהליכים האלו טומנת סיבוכים, כגון דלקת ריאות, וכן מגוון של תופעות חמורות, הכוללות הצטננות תכופה, דלקות אוזניים, סינוסיטיס. כל הורה רוצה להקל על הסבל של ילד במהלך המחלה, לכן נותן תרופה להורדת חום שבאותו זמן גם משכי כאבים.

**עכשיו מודע לחשיבות של חום בתהליך הריפוי, יש צורך להבין כי הסבל של הילד הגיוני. לא ברור**

תחושת אי נוחות מעניקה לחולה מנוחה ומאפשרת לגוף לכוון את כל כוחותיו להגנה ולא למעשים אחרים. זה ניתן לראות אצל בעלי חיים במהלך המחלה, בדרך כלל, שוכבים במקום חשוך ליד המקור המים אבל ללא מזון ונשארים שם עד הריפוי. בטווח הארוך, עמידות והתמודדות עם מחלה ואי נוחות שהיא גורמת יש להן חשיבות רבה בתחומים שונים של חיי אדם.

### **התחסנות.**

הילד צריך לגדול עם ההבנה שבזמן המחלה מצב לא נעים אבל התנהגות נכונה תעזור להתגבר על אי נוחות זמנית הרבה יותר קל ומהיר וגם מחזקת את המערכת החיסונית לעתיד. אחראיות של הורים – להסביר לילדים לא רק במהלך המחלה, אלא גם כאשר בריאים, שמחלה מלמדת, מחזקת, מפתחת, מקדמת את הגוף, ולכן אי נוחות זמנית היא חיונית. בנוסף, אנחנו לא רוצים עבור כל אי נוחות ילד כהרגלו ירוץ לקחת משכי כאבים, שגם מסוכן כי כל תרופה היא יכולה לגרום נזק ומשבשת תהליכים טבעיים בגוף.

### **אימון**

במחלות שהן חלק טבעי מחיינו, מונחת תשתית להתמודדות עם הקשיים. ילד שגדל עם ההבנה כי קשיים, כאב וחוסר נוחות הם זמניים, צובר ניסיון, שזו מדרגה חשובה בהתפתחותו. ילד מתגבר על הקשיים ביתר קלות מניסיון החיים שלו מונח על בסיס רוחני ופיזי בריא.

וההפך, ילד אשר נמצא במציאת "הישועה" על המדף עם תרופות אינו מפתח את המנגנוני ההגנה החשובים שהוא זקוק להם, ובעתיד ימנה מקשיים או יבקש עזרה מגורמים חיצוניים, מתוך תקווה שהם יחלטו עבורו.

### **התפתחות.**

כבר זמן רב ידוע כי לאחר מחלה מלווה חום גבוה, לתינוק יש קפיצה התפתחותית שיכולה להתבטא בדרכים שונות:

- תנועתיות מוטורית – תינוק מתחיל לזחול, להתהפך, לעמוד, ללכת
- מילולית – ילד מתחיל לדבר, דיבור יותר ברור, עשיר ומתחיל להביע את רגשותיו.

- תזונתי- ילד מתחיל לאכול מבחר רחב של מוצרי מזון והתיאבון שלו משתפר. שימו לב בתקופה שלאחר המחלה ותבחנו בשינויים בילדיך.

#### המלצות להורים

1. להישאר רגוע
2. שימו לב לתגובות והתנהגות שלכם
3. הדבר החשוב ביותר – להיות עם הילד כל הזמן ולא להשאיר אותו לבד. הכרחית נוכחות לפחות של הורה אחד, אין תחלופה לזה.
4. לעודד את הילד
5. תחבקו אותו לעיתים קרובות ככל שאפשר. ללא חיבוקים יהיה לו קשה להתמודד עם קדחת באופן טבעי.
6. שימו לב לכמות השתייה. הנוזלים בזמן הקדחת מאוד חשובים.
7. לפי הצורך שימו רטיות קרות לכפות הרגליים.
8. אין צורך לבדוק את המדד של החום כל כמה דקות, לא תפספסו את הרגע שהחום יורד.
9. תבחרו בגדים מתאימים, חשוב לא לחמם יותר מדי.
10. תארגנו סביבה מתאימה ונוחה. לא מומלץ ביקורים שמתערבים בהחלמה (סבתא מבוהלת, שכנה "מלאת ידע", חברות נרגשות ועוד)
11. תתנהגו בהתאם לרצון של הילד : אם האור מפריע לו – לעמעם אותו, אם רועש מדי- לספק שקט, הילד מתלונן על צמרמורת – לכסות אותו.
12. לתינוקות קירבה תכופה לשד ומגע "עור לעור" עוזרת גם פיזית וגם פסיכולוגית. חדר צריך להיות בטמפרטורה נוחה.
13. אל תנסו להוריד את החום, תעזרו לגוף להתמודד עם המחלה.

איך אפשר לעזור לילד עם חום גבוה?

רתיעה קרירה עם מיץ לימון זו השיטה הכי אפקטיבית לעזור במהלך הקדחת. רתיעה עוזרת בטמפרטורה מעל 39 מעלות. החום כזה מלווה בנדודי שינה אצל ילדים קטנים, כאבי ראש ואי נוחות כללי אצל ילדים יותר בוגרים.

צריך לקחת שתי חתיכות בד כותנה (חיתול בד או סדין) לקפל פעמיים, שגודל יהיה 10-15 סמ לרוחב ובאורך שזה יספיק לסובב סביב קרסול 3-4 פעמים. להרטיב את הבד במים עם מיץ של לימון אחד בטמפרטורת החדר. לסחוט היטב את הבד ולעטוף את הרגליים של הילד עד הברכיים מספר פעמים כל רגל בנפרד. מעל רתיעות קרות לעטוף במגבת יבשה. אפשר גם לעטוף את הכפות הרגליים ולשים גרביים מעל.

מאחר ותחושת הקור אינה נעימה לילד, בדקות הראשונות הוא יכול להתלונן והתינוק יבכה, ואם הרתיעה לא רטובה מדי, היא מתחממת במהירות והתחושה של הצטננות פוסקת.

**לאחר שעות ארוכות של נדודי שינה וכאבי ראש ילד נרדם לאחר השפעה של רתיעה קרירה עם מי לימון. לא ברור**

10-20 דקות לאחר הנחת רתיעה אפשר להוריד אותה, אבל אם ילד נרדם לא כדאי להעיר אותו. במידת הצורך ניתן לחזור על פעולה כל חצי שעה.

לפני שמניחים את הרתיעה תבדקו שהרגליים של הילד חמות. לפעמים גם בחום גבוה הרגליים נשארות קרות. זאת אומרת שהגוף עדיין בתהליך עלית החום ועדיין חלק מהגוף (גפיים למשל) לא התחממו, או סיבה אחרת מנגנון ויסות חום חלש. ובמצב כזה קודם מומלץ לחמם את הרגליים עם בקבוק חם או גרביים חמות ורק אז להניח את הרתיעה קרירה. לפני שעושים את הפעולה הזאת לילדים גדולים יותר צריך להתפנות. ריפוי בעזרת רתיעות קרות שונה משיטות אחרות של הורדת חום. רתיעות קרות, עם זאת, לא רק מספקות קירור אלא גם מעוררות את הוויסות של טמפרטורה בגוף הילד. אמבטיות קרות לא מומלצות. המטרה שלנו לא רק להוריד חום הגוף אלא שהחום גוף יתפשט בכל חלקי הגוף ובכך להקל על מצבו של הילד.

שמירה על הדיאטה.

אוכל במהלך הקדחת גורם למערכת חיסונית לעצור לחימה נגד מחלה כדי לתת לאנזימים של מערכת עיכול לעכל את המזון. בזמן קדחת אנזימים מפסיקים לפעול שמתבטא בחוסר תאבון. זה רק מראה שהגוף מתפקד כנדרש. בדרך כלל תאבון מופחת כבר כמה ימים לפני שמופיעים סימפטומים בולטים של המחלה, כדי שמזון לא יירקב בתוך הקיבה, וכל המערכות יכלו לכוון את הכוחות שלהם לכיוון הריפוי.

מומלצת תזונה נוזלית (מרקי ירקות, חליטות צמחים, מיץ טרי מפירות הדר). ילדים מעל גיל שנה וחצי מותר לתת מיץ תפוחים טבעי (ילדים מתחת מומלץ לדלל מיץ עם מים), תה בבונג במשך היום. תוסיפו בתזונה של הילד אורז, דוחן, גזר פירות אם יש לו תחושת רעב.

להימנע לחלוטין : בשר, דגים, ביצים, מוצרי חלב, שעועית, אגוזים וגרעינים.

הגוף חייב להתמקד במחלה ולא להיות עמוס במזון.

מנוחה ושינה חשובים מאוד, לכן מומלץ לוותר על הטלוויזיה, רדיו, שמיעה של הקלטות או קריאה.

חדר צריך להיות עם אור טבעי ורך. אפשר שיהיו צמחי נוי בסביבה.

מי שמטפל בילד חייב להיות שמח, רגוע, ערני, מעודד ומכבד את החוכמה הריפוי עמוק של הגוף.

אפשר לתמוך במערכת חיסונית עם טינקטורה של אכינוצאה, לילדים עד גיל 6 – 300 מג ולמבוגרים 900 מג ביום.

טינקטורה (תמיסה) של יארו YARROW אנטי דלקתית, משתן ועוזרת לגוף להיפטר מרעלים. את התמיסה מכינים מ1 כף של צמח וכוס מים רותחים. לוקחים 3 פעמים ביום ½ כוס למבוגר 1/4 כוס לילד בטמפרטורה של החדר.

בשיא החום אפשר להשתמש בתמיסה נוספת (לילדים מעל גיל שנה) : תמצית מפרחי סמבוק (30 מל), תמצית של מנטה (10 מל), תמצית של קינמון (CINNAMON) (10 מל), תמצית של SKULLCAP (30 מל). לערבב ולקחת את התערובת 5 מל בדילול של מים פושרים כל שעתים עד הורדת החום.

לילדים מעל גיל שנתיים אפשר להשתמש בתוסף מזון "ברברין" שיש לו יכולת מאוד גדולה בהורדת חום אפילו יותר מאספירין. הורדת חום מתבצעת על חשבון עבודה יעילה של תאים של מערכת חיסונית. מומלץ לקחת כמה מנות ביום בין 200 ל 500 מג ליום.

חובה לצין, שחשוב מאוד לשים לב במידה מוגברת על התנהגות של הילד במהלך החום גבוה. מצב כללי (אנרגיה, תקשורת, תגובות, ועוד) הוא אינדיקטור חשוב במהלך המחלה ויכולת הגוף להתמודד עם המחלה. אם הילד ללא חום גבוה אבל אפתי, בחולשה מגיב לגירויים, לא מתקשר צריך לפנות לרופא.

### **סימפטומים שכדאי לשים לב במהלך חום גבוה**

אם במהלך הקדחת ילד פעיל, מלא אנרגיה, מתקשר, תמשיכו רק להתבונן, תהיו רגועים ותשתמשו בהמלצות שלנו. כוח החיות של הילד זה מדד הכי חשוב להבנת מצבו ויכולת של הגוף להתמודד עם מחלה בכוחות עצמו. תזכרו שכאשר ילד חולה חוסר תאבון, אי נוחות, גחמנות אלו הסימפטומים שמלווים מחלה ומבטאים מנגנון של מערכת החיסונית תקין. תדאגו לשתייה מרובה ולא להכביד בתזונה מרובה. אם ילד מוותר על האוכל אל תתעקשו. וכאשר תאבון חוזר זה סימן שמחלה הסתיימה.

בטבע יש חוקים שלפי חוקי ביולוגיה לכל מחלה יש לוח זמנים של מאבק נגד זיהום. ליום השלישי של המחלה גוף מייצר כמות הכי גדולה של אינטרפרון ולכן אחרי יום שלישי המצב צריך להשתפר. ביום החמישי גוף מייצר נוגדנים ואז החום צריך לרדת. אם מצב של הילד מאפשר לעבור את החותמות הזמן הללו ללא התערבויות זה בהחלט מעודף.

אם אין שיפור לאחר 3 ימים כדאי להתחיל לבצע כמה צעדים כמו לפנות לרופא, לעשות בדיקות. אם יש שיפור אבל עדיין חום לא יורד – עדיף להמתין. אבל אם לאחר יום חמישי מתחילת המחלה עדיין יש קדחת מומלץ לא להיכנס לפניקה אבל להתחיל לפעול.

### **התקפי פרכוסים**

ל 3-4% של ילדים בגילאים 6 חודשים עד 5 שנים ישנם התקפי פרכוסים מכיוון שמערכת עצבים המרכזית עדיין לא בשלה או בגלל ההשפעות של תופעות לוואי של תרופות, חיסונים, במיוחד לאחר חיסון MMR (חצבת, אדמת, חזרת). מהירות התגובה בעלית החום מאוד משמעותית. ללא ספק לא לכל אחד יש התקפי פרכוסים, זה מצב אינדיבידואלי של מערכת עצבנים כאשר יש סף רגישות מוגבר. אם לילד יש פרכוסים בטמפרטורה של 39 מעלות, לאחר זה מספיק 38 מעלות. לרוב ילדים אין פרכוסים. לילדים עם סף רגישות מוגבר התקפי פרכוסים יכולים להופיע חד פעמי, כמה פעמים ויכולים להיות כל פעם בעליית חום הגוף. כרגע אין נתונים מהימנים אשר ילדים נוטים יותר לפרכוסי חום. לעטים קרובות זה קורה אצל ילדים פגים, תינוקות לאחר חיסונים, ילדים שיש להם סוג של פתולוגיה של מערכת העצבים המרכזית, שבר השדרה, ילדים שהיית להם לידה קשה או מהירה.

מספר של דר' רוברט מנדלסון "כיצד לגדל ילד בריא למרות הרופא שלך":

רופאים אינם אומרים לכם שהורדת החום לא תעזור לילד להחלים, או שבגופנו יש מנגנון פנימי, שאינו ברור לגמרי, שמונע מום שנגרם על-ידי זיהום להגיע ל 41 מעלות. חום גבוה לא גורם לפרכוסים (התכווצויות). אלה נגרמים כשהחום עולה והמוח מתייבש. הורים רבים מפחדים מחום משום שהיו עדים להתקף פרכוסים, והם מאמינים שגם ילדים יסבלו כך אם

חומו יהיה "גבוה מדי". אני מבין לליבם, משום שילד שלוקה בפרכוס הוא מראה מפחיד. אם ראיתם פעם מקרה כזה, תתקשו להאמין שאירוע כזה עלול לגרום לנזק מוחי כלשהו רק לעיתים רחוקות מאוד. האומדן הוא שפרכוס מופיע רק אצל 4% מבין הילדים שסובלים מחום גבוה, ואין כל הוכחה שהם סובלים מתופעות לוואי חמורות כתוצאה מכך. מחקר שבדק 1706 ילדים שסבלו מפרכוסי חום, לא מצא אפילו מקרה אחד של פגם מוטורי (ואפילו לא מקרה מוות) שנגרם על-ידי פרכוסיים. אין גם כל עדויות משכנעות שתופעה כזאת בילדות מגביר את הנטייה לאפילפסיה בגיל מאוחר יותר.

מה שחשוב כאן העובדה שהטיפול למניעת פרכוסי חום ניתן בדרך כלל מאוחר מדי מכדי שיועיל במשהו. תרופות ורחיצה במים אינן מועילות, משום שעד שאתם קולטים שחומו של ילדכם טיפס ועלה, קרוב לוודאי שהפרכוס כבר הסתיים או עומד להסתיים. משך הפרכוס הוא דקות בודדות עד 15 דקות לצורך הגדרת הפרכוס "כפרכוס פשוט", שהוא הוא הפרכוס השכיח ביותר, והוא יחיד, אם גיליתם פתאום שחומו של הילד גבוה, הרי שהוא עלה במהירות, ואם הילד לא סבל מפרכוס, הסכנה כבר חלפה.

פרכוסי חום מוגבלים בעיקר לילדים עד גיל חמש, וגם אלה שלקו בהם סובלים מהם אחרי גיל זה רק לעיתים נדירות.

עצתי לכם, אל תיבהלו אם הילד לוקה בפרכוס חום. זו עצה שקל לי לתת וקשה לכם לקבל, משום שמראה הילד בזמן הפרכוס מפחיד. זכרו שהתופעה אינה מסכנת חיים ולא תגרום לנזק גופני, ונקטו כמה צעדים כדי למנוע מהילד מלפצוע את עצמו.

ראשית, השכיבו את הילד על הצד כדי שלא ייחנק מרוקו. מנעו ממנו מלהטיח את ראשו כנגד חפץ קשה או חד בעודו מתפתל. ודאו שהוא נושם בצורה חופשית, והניחו חפץ רך אבל מוצק, כגון כפפת עור מקופלת או ארנק עור שטוח (לא האצבע שלכם) בין שיניו כדי שלא יינשך את לשונו. ולמען שלוות נפשכם תתקשרו אל הרופא שלכם וספרו לו מה קרה.

רוב התקפי אינם נמשכים יותר מכמה דקות. אם בכל זאת התקף נמשך זמן רב ותר, תתקשרו אל הרופא ובקשו עצה. בדרך כלל הילד נרדם בתום ההתקף, אבל גם אם נשאר ער אל תתנו לו לאכול או לשתות במשך כשעה. הוא עשוי להיות כל כך מנומנם שהוא עלול להקדים קנה לושט ולהיחנק.

מתי מצב מסוכן:

אם יש חום גבוה מעל חמשה ימים

כאשר סיבה לחום היא מכת שמש או חימום יתר

כאשר סיבה היא הרעלה מכימיקליים

כאשר חום גבוה מתלווה עם הקאות חזקות

כאשר ילד אפתי, מסרב לשתות, ועור פחות אלסטי וצבו הטבעי משתנה

כאשר יש חשד לזיהום כללי (ספסיס), ילד לא מגיב, קשה להעיר אותו, הטמפרטורה או מאוד גבוהה או נמוכה (פחות מ 36), גפיים קרות, דופק מהיר, חיורון, (אצבעות ושפתיים כחולות), הקטנה בכמות מתן שתן, במצב קריטי צרחות ובכי, פריחה שלא נעלמת בלחיצה עם כוס שקוף (GLASS TEST).

כאשר יש חשד לדלקת קרום המוח : רגישות לאור, צוואר תפוס ואין תנועתיות מצד לצד או במצב שכיבה על הגב לקרב את הסנטר לכיוון חזה, בכי צווחני של תינוק, גפיים קרות כמו קרח, חום גבוה מאוד או מאוד נמוך, פריחה על הגוף.

אלו המצבים שצריך מידי לפנות לרופא.