

**Dr. Sághi Katalin**

Rendelő cím: 1118 Budapest Gazdagréti tér 5.

Tel.: (1)501-39-17

Mobil: 06(20)488-33-43

E-mail: [drsaghikatalin@sasadmed.hu](mailto:drsaghikatalin@sasadmed.hu)web: [www.sasadmed.hu](http://www.sasadmed.hu)

## LÁZ

### Mi a láz?

Lázzal (enyhébb esetben hőemelkedéssel) akkor beszélünk, ha a test belső hőmérséklete 37,5 Celsius-fok fölé emelkedik. A lázat legtöbbször valamilyen fertőzés okozza, és fontos része annak a folyamatnak, amellyel a szervezet a fertőzéssel szembeszáll. A fertőzést általában vírus, néha baktérium vagy más, ritkábban előforduló kórokozó okozhatja. A fertőzés leküzdése után a testhőmérséklet visszatér a normális szintre. A kórokozók elleni küzdelemben a szervezet leghatékonyabban 37-38 C-fok között működik, ezért a lázat 38 C-fok alatt (egyébként egészséges embernél) nem érdemes gyógyszerekkel csillapítani. Fontos viszont az alábbiak betartása.

### A láz ellátása felnőtteknél

- Ne vegyen magára túl sok ruhát, ne takarózzék be túlságosan, mert ez a testhőmérsékletét tovább emeli!
- Igyon sok folyadékot (napi 3-4 litert), főleg ásványvizet, (nem fekete!) teát, híg levest!
- 38 Celsius-fok feletti láz csillapítására vegyen be lázcsillapító tablettát! Mindig nézze meg a bevett gyógyszer hatóanyagát, ezzel elkerülheti a gyógyszerek túladagolását! Sok „megfázás elleni” gyógyszer-készítmény tartalmaz láz- és fájdalomcsillapító hatású hatóanyagot (aszpirin, paracetamol, stb.).
- Mindenképpen forduljon orvoshoz a következő helyzetekben:
  - o erős fejfájás, vagy tarkótáji fájdalom, tarkómerevség
  - o izomrángás, hidegrázás, vagy görcs
  - o kifejezett aluszékonyság
  - o bármilyen nyugtalanító tünet észlelése
  - o fénykerülés
  - o ismételt hányás
  - o 48 órán belül nincs javulás

### Alapvető tudnivalók

- A láz a fertőzés leküzdésének jele.
- A lázas ember kerülje a test további melegítését.
- Igyon sok folyadékot, ha lázas.
- A láz a lázcsillapító gyógyszer bevétele után általában 30-60 perc múlva kezd csökkenni.
- A lázcsillapító bevitelét (a gyógyszer-tájékoztató és az orvos utasításait betartva!) legfeljebb 4-6 óra múlva szabad megismételni.

Dr. Sághi Katalin  
házi orvos