**Высокая температура тела: что, где, когда?**

 Часто обращаются больные с повышенной температурой тела и возникает множество вопросов по поводу причины и наличия заболевания. Повышение температуры тела человека является следствием выработки в организме особых веществ под названием «пирогены». Это белки, которые есть и в самом организме, и могут поступить извне, являясь частями микробной клетки. Вырабатываются они в ответ на определенное воздействие, и это не обязательно должен быть воспалительный процесс: аллергия, нервный срыв, при перегревании, прорезывании молочных зубов и гормональный всплеск – все может вызвать температурную реакцию.

 Механизм температурной реакции. При развитии очага болезни микробные пирогены активируют иммунную систему, которая вырабатывает не только антитела к поступившим микробам, но и определенные воспалительные вещества – вторичные пирогены. Последние, сообщаясь с рецепторами главного терморегуляторного центра – гипоталамуса – включают его. Далее он будет заниматься регуляцией баланса между образованием тепла в организме (у взрослого этим занимаются мышцы, сокращаясь, у детей до 3 лет – особая жировая ткань) и его расходованием. Повышаться температура может и без участия гипоталамуса, что происходит при перегревании или интенсивной физической нагрузке. В этом случае нарушается механизмы теплоотдачи. В основном, подъем температуры является симптомом заболеваний, протекающих с активацией иммунитета, и нужна она для того, чтобы активировать ряд нужных для борьбы с инфекцией веществ, а также «подогреть» кровь, чтобы сделать невозможным размножение в ней микроорганизмов.

Причины повышенной температуры у взрослых. В первую очередь, при высокой температуре тела без симптомов простуды обратите внимание на ее характер:

1) Постоянная: не колеблется в течение суток. Такая лихорадка с признаками интоксикации характерна для обширного воспаления легких, а также одной стадий брюшного тифа;

2) Перемежающаяся: есть периоды повышенной температуры, но есть и нормальная или даже низкая температура. Это характерно для малярии.

 3) Послабляющая: колебания – в 1-1,5 градуса за сутки, при этом она не снижается до нормы сама. Характерно для гнойных патологий, очаговой пневмонии, брюшного тифа;

4) Гектическая: колебания температуры в 2-3 градуса, при этом она сама снижается до нормы. Такая температурная кривая развивается при сепсисе, больших очагах нагноений;

5) Волнообразная: температура нарастает постепенно, затем несколько суток держится, затем постепенно же спадает не до нормы, после чего снова нарастает. Это характерно для бруцеллеза, заболевания крови под названием лимфогранулематоз, брюшного тифа;

6) Рецидивирующая: она вначале повышается, затем снижается до нормы на 1-3 дня, затем повышается вновь. Это характерно для малярии, возвратного тифа;

7) Инверсный тип: утром температура выше, чем вечером (сепсис, бруцеллез, туберкулез). О том, что процесс – воспалительный, говорят также такие симптомы, называемые интоксикационными: слабость; головная боль; боль в разных группах мышц; отсутствие аппетита; тошнота; головокружение; бессонница. Довольно часто случается, что высокая температура только один или несколько дней не будет сопровождаться другими симптомами, но затем они появятся и направят мысль врачей в нужном направлении. К сожалению, есть также и понятие «лихорадка неясного генеза», когда при всестороннем обследовании человека ничего не выявлено, а высокая температура держится три недели и более.

Заболевания и состояния с высокой температурой. Можно перечислить большое количество заболеваний и состояний, сопровождающихся повышением температуры, для более удобного их рассмотрения разделим некоторые из них на группы:

1) Прием препаратов. Сульфаниламиды, барбитураты, антидепрессанты, некоторые мочегонные средства, психостимуляторы могут вызывать температурную реакцию.

2) У кормящих женщин высокая температура без других симптомов - начало лактостаза.

3) Заболевания гипоталамуса (опухолевой или воспалительной природы). Других симптомов нет, человек чувствует себя удовлетворительно.

4) Повышение уровня женских половых гормонов в преклимактерическом периоде.

5) Эмоциональный стресс. 6) Пневмония. Кашель при воспалении легких характерен в том случае, если очаг воспаления будет расположен возле бронха даже самого малого калибра. Повышенная температура, ощущение затруднения дыхания, симптомы интоксикации. 7) Пиелонефрит и гломерулонефрит. Кроме повышенной температуры: симптомы интоксикации, боль в пояснице, или изменения мочеиспускания и мочи, видные «на глаз».

8) Сепсис. В этом случае присутствуют и симптомы интоксикации, и локальные симптомы. Есть очаг, откуда бактерии проникли в кровь: инфицированная рана, гнойники в горле, абсцесс после инъекции или ранения, пневмония или заболевание почек, которые вроде бы «пролечены».

9) Тиреотоксический криз – резкий выброс гормонов щитовидной железы в кровь. В этом случае будет отмечаться также значительное учащение пульса, повышенное артериальное давление, может быт нарушение сознания. Человек, страдающий повышенной функцией этой железы, худой, хоть и хорошо и с аппетитом ест (симптом, как глаза «навыкате»).

10) Эндокардит–поражение бактериями внутренней оболочки сердца. Симптомы интоксикации, выделение пота с запахом, боли в сердце. Лихорадка гектическая или постоянная.

11) Малярия. В этом случае высокая температура, сопровождающаяся выраженной дрожью, холодностью конечностей, бредом, возбуждением, головной болью, сменяется периодом нормальной температуры. Повторяется каждые несколько дней. Заболеть можно или инъекционному наркоману, или человеку, общавшемуся летом с больным малярией, посетившему страны Африки

12) Заболевания крови: лейкозы, лимфомы. В этом случае будут отмечаться также симптомы интоксикации, снижение массы тела, кожная сыпь.

13) Системные аутоиммунные патологии: волчанка, ревматический артрит, периартериит, васкулит. В этом случае будут симптомы поражения различных внутренних органов.

14) Инфекционные заболевания: брюшной, возвратный, сыпной тиф, болезнь Лайма, клещевой энцефалит, инфекционный менингит, чума, холера, сибирская язва кроме температуры имеют и другие симптомы (понос, сыпь, боль в животе), симптомы интоксикации.

15) Опухолевые процессы на стадии, когда они уже обнаружены иммунитетом, сопровождаются повышением температуры. Кроме этого, развиваются симптомы интоксикации.

16) Аллергическая реакция также может вызвать повышение температуры. При этом обычно можно установить связь ее с вакцинацией, приемом какого-то препараты, контактом с новым для человека веществом или продуктом. (+ сыпь, или насморк, или кашель).

17) Некоторые психические расстройства, например, фебрильная шизофрения, могут протекать с повышением температуры тела.

18) У детей высокая температура развивается при всех вышеуказанных причинах, а также при перегревании, прорезывании молочных зубов.

19) Сейчас появились экзотические заболевания: Денге, Зика, Эбола, Мерс, легионеллез, токсоплазмоз, которые редко, но появляются и протекают с высокой температурой тела.

Что делать при высокой температуре тела? Снижать температуру стоит только, если ее уровень превышает 38,5°C. Если человек страдает заболеваниями сердца или головного мозга, дети имеющие в анамнезе судорожный синдром, то можно делать это раньше, с помощью приема жаропонижающих средств и физических методов охлаждения. **Если температура очень высокая**, до прихода врача следует дать жаропонижающее средство и прикладывать больному холодные компрессы с водой и уксусом (1:1) в области пульсации рук, ног, головы. Их необходимо часто менять, чтобы они не давали согревающего эффекта. Если ситуация не критическая тогда можно принять прохладную ванну (34 – 36 градусов) или выполнить обёртывание мокрой простынею.

Далее нужно обратиться за медицинской помощью. Особо усердствовать с жаропонижающими медицинскими препаратами не следует- они оказывают токсическое действие на весь организм (печень, кровь и т.д.). Врач первичной диагностики должен не только осмотреть больного, но и назначить общие анализы крови и мочи. Дальнейшее обследование и лечение зависит от результатов этих исследований.