

Link do produktu: <https://silesiabook.pl/goraczka-przewodnik-dla-rodzicow-pan-tabletka-p-9.html>



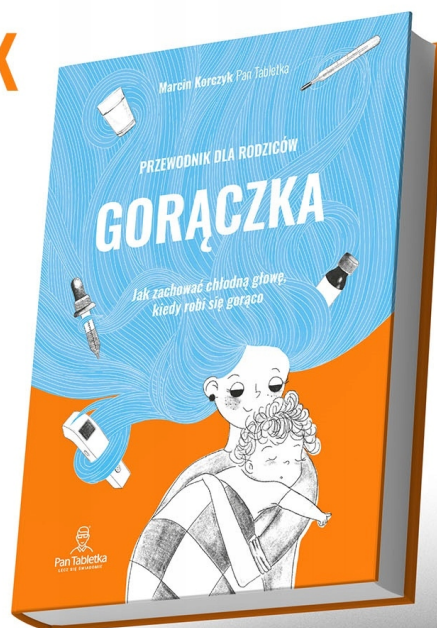
GORĄCZKA przewodnik dla rodziców Pan Tabletki

Cena	79,00 zł
Numer wydania	1
Liczba stron	272
Język publikacji	polski
Rok wydania	2023
Nośnik	książka papierowa
Autor	Pan Tabletki Marcin Korczyk
Okładka	twarda
Tytuł	Gorączka. Przewodnik dla rodziców
Wydawnictwo	Pan Tabletki
ISBN	9788396406248

Opis produktu

NOWA KSIĄŻKA GORĄCZKA - PRZEWODNIK DLA RODZICÓW

Daje spokój w gorących
momentach opieki nad
małym dzieckiem!



Gorączka

Przewodnik dla rodziców

Jak zachować chłodną głowę, kiedy robi się gorąco

Marcin Korczyk czyli Pan Tabletko

- ISBN: 9788396406248
- Okładka: twarda
- Rok wydania: 2023
- Forma: poradnik
- Wydawnictwo: Pan Tabletko
- Liczba stron: 272
- Numer wydania: 1
- Stan NOWA

Gorączka to takie czułe objęcie rodzica i powiedzenie "wiem, że się boisz, rozumiem cię, ale jesteśmy w tym razem i dasz sobie świetnie radę". Napisana do rodzica, ale podparta wiedzą medyczną jednak przełożoną na prosty zrozumiały język. Nie zawstydzą, nie ocenia, nie obwinia. Pomaga zrozumieć i ogarnąć.

Zachęcam do odwiedzenia bloga Pana Tabletki www.pantabletka.pl



Dla kogo ta książka?

- ✓ dla przyszłych rodziców jako ważny element wyprawki
- ✓ dla młodych stażem rodziców i dziadków...
- ✓ ... szczególnie jeśli Twoje dziecko rozpoczyna przygodę ze żłobkiem/przedszkolem
- ✓ dla osób, które opiekują się dziećmi prywatnie i zawodowo
- ✓ dla osób, które w obliczu gorączki tracą głowę i czują, że hasło „fever fobia” mocno z nimi rezonuje
- ✓ dla specjalistów, szczególnie na początku drogi zawodowej (lekarzy, farmaceutów, położnych, pielęgniarek), którzy chcą uzupełnić wiedzę na temat gorączki

W czym Gorączka pomoże MŁODYM RODZICOM?

Zgodnie z podtytułem książki – GORĄCZKA pomaga zachować chłodną głowę, kiedy robi się gorąco. Ten przewodnik to zastrzyk najświeższej teoretycznej i praktycznej wiedzy o gorączce. Krok po kroku, uważnie i dokładnie przeprowadza Czytelnika przez temat gorączki.

Książka jest pisana z perspektywy refleksyjnego ojca z wykształceniem medycznym, dzięki czemu jest lekka w odbiorze, a równocześnie wysycona praktyczną i zjadliwą wiedzą. Osoby, które znają styl Pana Tabletki, wiedzą, że książka będzie lekka, praktyczna i przyjemna w odbiorze. Pozostali warto, aby sami to sprawdzili



Jak zbudowana jest książka?

Książka GORĄCZKA - zbudowana jest z czterech rozdziałów.

- ✓ W pierwszym rozdziale wyjaśnię, czym jest a czym nie jest gorączka – to pozwoli Ci zareagować odpowiednio i we właściwym czasie.
- ✓ W drugim rozdziale opowiem o lekach na gorączkę i o naturalnych sposobach jej zbijania – dowiesz się, jak działają leki i jak je stosować.
- ✓ W trzecim rozdziale przepracujemy wspólnie różne metody i techniki pomiaru, czyli wybierzemy najlepszy termometr i miejsce pomiaru, gdyż pewny pomiar pozwala na sprawne działanie i trafną ocenę sytuacji.
- ✓ W czwartym rozdziale znajdziesz obszerne Q&A z konkretnymi odpowiedziami na pytania, które dostają od rodziców na różne okołogorączkowe tematy, bo uważam, że lepsze od konkretów jest więcej konkretów!

Na końcu każdego z trzech pierwszych rozdziału znajduje się esencjonalne podsumowanie, które ułatwia przyswojenie wiedzy. Ważne fragmenty zostały czytelnie wyeksponowane. Książka zawiera kody QR, które rozszerzają jej treść o inne publikacje Pana Tabletki, od filmów na YouTube, przez analizy na blogu, po podcasty dla zapracowanych rodziców, którzy nie mają czasu czytać.

Całości dopełniają piękne ilustracje. To po prostu majstersztyk! Dzięki nim książka nie tylko stanie się jedną z najpraktyczniejszych, ale i najpiękniejszych pozycji w domowej bibliotece.

Sprawdź spis treści i dowiedz się, co zawiera książka:

Szczegółowy spis treści

WSTĘP	13
CZĘŚĆ I	
Zrozumieć gorączkę	25
1. „36,6”, czyli tzw. prawidłowa temperatura ciała	27
Trend temperaturowy zdrowego dziecka	29
Od czego zależy „normalna” temperatura ciała?	33
Moment pomiaru – rytm dobowy	33
Aktywność organizmu	35
Miejsce pomiaru	36
Warunki zewnętrzne	37
Bezwładność temperaturowa ciała	38
2. Czym jest gorączka	40
Gorączka a stan podgorączkowy	42
Gorączka jako sposób na „zagrzanie” organizmu do walki z chorobą	45
Dlaczego gorączka jest „groźniejsza” u dzieci niż u dorosłych?	47
Regulacja ciepła w organizmie a fazy gorączki	49
3. Czym NIE jest gorączka	55
4. Jak przygotować się na gorączkę	57
5. Co może się zdarzyć „przy okazji” gorączki, czyli drgawki i dreszcze	60
Dreszcze	61
Drgawki gorączkowe	62
6. Fobia gorączkowa – jak sobie z nią radzić	68
Część I w pigułce	74

CZĘŚĆ II

Zbijanie i kontrowanie gorączki	77
1. Zbijać czy nie zbijać	79
2. Naturalne metody walki z gorączką	85
Okłady i chłodne kąpiele	86
Chłodne napoje i właściwy ubiór	87
Naturalne metody walki z gorączką – czego lepiej nie robić	88
3. Jak mądrze korzystać z leków przeciwgorączkowych	90
Korzyści a ryzyko	91
Dawka czyni truciznę	92
Różnorodność leków przeciwgorączkowych – na co zwracać uwagę i jak czytać etykiety	94
Smaki, kolory i zapachy	94
Dawki, stężenia i objętości	95
Nazwy handlowe leku a substancje czynne	97
Substancje pomocnicze	99
Dwie daty ważności	100
Postaci farmaceutyczne leków przeciwgorączkowych – przegląd	101
Syrupy / zawiesiny doustne i krople	101
Kapsułki i tabletki	103
Inne formy, np. granulaty i kapsułki żelkowe (do żucia)	104
Forma rektalna: czopki	105
Działania niepożądane leków	108
4. Ibuprofen i paracetamol, czyli najczęściej stosowane leki „na gorączkę”	112
Jak dawkować paracetamol i ibuprofen	117
Monoterapia	118
Naprzemienne stosowanie paracetamolu i ibuprofenu	119

Lek „dwa w jednym”	125
5. Wyliczanie dawki leku przeciwgorączkowego	126
6. Najczęstsze błędy popełniane przy podawaniu leków przeciwgorączkowych	129
Błędy w dawkowaniu leków przeciwgorączkowych	129
Błędy w podawaniu leku i inne nieprawidłowości w opiece nad gorączkującym dzieckiem	131
7. Dziesięć zasad postępowania podczas ostrej gorączki	132
8. Dieta i nawadnianie podczas gorączki	137
Niemowlęta i dzieci karmione wyłącznie pokarmem płynnym lub półpłynnym	140
Starsze dzieci	141
9. Problemy z podawaniem leku przeciwgorączkowego i inne gorączkowe dylematy – w pytaniach i odpowiedziach	144
Część II w pigułce	158
 CZĘŚĆ III	
Termometry i pomiar temperatury	159
1. Po co mierzy się temperaturę	161
2. Zasady pomiaru temperatury u chorego dziecka	166
3. Miejsca pomiaru temperatury – przegląd	172
Pomiar rektalny	172
Pomiar pod pachą	173
Pomiar pod językiem	175
Pomiar z ucha	176
Pomiar z czoła/skroni/powieki	178
Pomiar z nadgarstka/kostki/ręki	180
4. Termometry – analiza	182
Termometry tradycyjne – bezrtęciowe (alkoholowe)	183

Termometry elektroniczne kontaktowe – piórkowe	187
Termometry elektroniczne na podczerwień – czyli zmora perfekcjonistów	190
Termometry na podczerwień do pomiarów dousznych	194
Systemy ciągłego monitoringu temperatury	198
5. Jaki termometr kupić, skoro każdy model ma swoje wady i zalety	200
Część III w pigułce	204

CZĘŚĆ IV: BONUS

<i>Gorączka Q&A</i>	205
1. Pytania dotyczące „natury” gorączki i sposobów reagowania	207
<i>Zbijać czy nie zbijać?</i>	207
<i>Kiedy do szpitala z gorączką?</i>	209
<i>Czy i kiedy zdrowe dziecko może mieć podwyższoną/obniżoną temperaturę?</i>	211
<i>Czy gorączka jest niebezpieczna?</i>	212
<i>Czy można nigdy nie mieć gorączki?</i>	214
<i>Gorączka a spacer</i>	216
<i>Jak szybko po chorobie wrócić na basen / na treningi?</i>	218
<i>Gorączka a ząbkowanie</i>	218
2. Pytania dotyczące naturalnych / „babczych” / domowych metod radzenia sobie z gorączką	219
<i>Czy rodzic/opiekun jest najlepszym „termometrem”?</i>	219
<i>Domowe sposoby na gorączkę – czy są skuteczne?</i>	221
<i>Naturalne sposoby na gorączkę – tak czy nie?</i>	222
<i>Zioła na gorączkę?</i>	223
<i>Wygrzewanie przy gorączce?</i>	224
<i>Octowe skarpetki?</i>	226

Kim jest autor?

Pan Tabletką to farmaceuta, pasjonat i ekspert ds. naturalnych sposobów na zdrowie i odporność.

Marcin Korczyk PAN TABLETKA od 2017 roku dzieli się swoją wiedzą na łamach bloga pantabletka.pl, propagując myśl:

Żyj tak, żeby tabletki nie były potrzebne, a jeśli to niemożliwe, to wybierz najlepsze i stosuj je prawidłowo.

Od dnia, w którym jako PAN TABLETKA zaczął działać w sieci, **jego stronę odwiedzone ponad 22 mln** razy, co czyni go jednym z najbardziej rozpoznawalnych w Polsce źródeł opinii o farmaceutykach i o racjonalnej farmakoterapii.

Magister farmacji, farmaceuta praktyk, twórca internetowy, absolwent Uniwersytetu Jagiellońskiego. Prywatnie zakochany mąż i ojciec, fan dobrego miodu, oleju z czarnuszki i ziołowej kuchni.

