

小儿发烧的处理

- 何谓『发烧』？
- 基本概念
- 一般发烧的处理原则
- 其它注意事项

一、何谓『发烧』？

「发烧」是指体温超过标准值，通常腋温超过 37.5℃或口温、耳温或肛温超过 38℃时，就表示发烧了。

二、基本概念

- （一）发烧是身体有潜在感染或发炎而引起的一种临床症状。
- （二）除了感觉不适外，适度发烧对小孩也有益处，因为体温上升时，可对体内致病菌提供不利的环境，且能加强人体免疫系统反应，以对抗感染或发炎之病症。
- （三）小儿发烧大部份是病毒或细菌感染，轻微发烧本身不会影响脑部功能，因为大脑细胞的成份是蛋白质，而蛋白质通常要在摄氏 42 度以上才会逐渐地被破坏，一般的发烧很少会超过 42℃，所以不用担心会烧坏了大脑。除非某些脑部病变引起的发烧，如脑炎、脑膜炎等情况。
- （四）小儿发烧的可能原因：
 - 1. 外在因素：小儿体温受外在环境的影响，例如衣服穿着太多、水喝太少、房间空气不流通。
 - 2. 内在因素：感冒、气管发炎、中耳炎或其它疾病…等。
 - 3. 其它：预防针注射，如麻疹、白喉、百日咳、破伤风…等之反应。
- （五）发烧时勿惊慌，勿滥服退烧药，除须依医师指示处理或用药外，亦应密切观察体温的变化及有无出现其他症状。

三、一般发烧的处理原则

- （一）一般发烧的处理原则，会因疾病的不同而异，除了需针对病因来治疗外，大致可依下列方法作初步处理：

发烧的周期简单分为发冷期、发热期及退热期。

 - 1. 发冷期：出现寒颤发冷、心跳呼吸加速、四肢冰冷、发抖，此时应适当预防寒颤穿着适当衣物或被盖保暖，以减轻上述症状所造成的不适感。
 - 2. 发热期：皮肤温暖发热、口渴、头痛、烦躁不安、食欲不振、可能出现痉挛，此时可以减少衣物及被盖来帮助散热，维持房间空气流通，补充水分，亦可使用冰枕或温水擦拭来帮助散热，使身体感到凉爽舒适，使用冰枕 5-10 分钟后，应注意四肢是否温热，当四肢冰冷时应暂停使用，给予保暖，小于 3 个月的小孩建议使用水枕，而温水擦浴（水温 38℃，泡 20-30 分钟）是借由水蒸汽使皮肤微血管扩张，达到散热目的。当出现痉挛时，应迅速送医治疗。
 - 3. 退热期：皮肤温暖发热、大量流汗，此时应补充水分，更换干净衣物，穿着宽松衣服，减少被盖，并保持室内空气流通，维持身体干爽舒适。

- (二) 补充足够的水份(包括开水、果汁、运动饮料、水果等)，依不同体重而调整。体重 10 公斤以下者一天应摄取 100ml/公斤，10 公斤者至少每天应有 1000ml，20 公斤以上者则每天至少应有 1500ml 液体摄取量，若天气闷热导致多汗，应再增加摄取量。
- (三) 腋温超过 37.5℃ 以上或肛温(耳温)超过 38℃，应依医师指示服退烧药。
- (四) 请正确记录发烧之天数及次数，体温度数及其它症状，以提供医师参考。

四、其它注意事项

- (一) 请依照医师之嘱咐按时服药或使用退烧剂，并且注意观察小孩的精神状态。
- (二) 如有下列情形时，请立即就医：发现小孩有抽搐、活动力不佳、嗜睡、异常哭闹、持续性剧烈呕吐、食欲不佳、呼吸急促，小于三个月的婴儿发烧或持续 3 天以上发烧情形。
- (三) 有「热痉挛」病史的小孩，为避免发烧引起「抽筋」，平时在家宜备有口服退烧药及退热栓剂，以便发烧使用，并且尽速就医。
- (四) 腹泻患童尽量不使用肛门栓剂，因为可能刺激肛门而使腹泻情况更为严重，且腹泻时也会影响药物的吸收。
- (五) 罹患泌尿道感染、中耳炎、肺炎、猩红热、鼻窦炎等的患童发烧退烧后，仍然需要依照医师之处方继续服用抗生素，以确保达到治疗效果。

本著作非经著作权人同意，不得转载、翻印或转售

著作权人厦门长庚医院