

# 發燒的處理

## ◎發燒定義

口溫>37.5°C；肛溫>38°C；耳溫>38°C，液溫>37°C

1. 37.5°C 以上，應多喝水、休息。
2. 38°C 以上即給予冰枕使用，多喝開水，通知家長送醫。
3. 39°C 以上或生命徵象異常，應立即送醫急診並通知家長。

## ◎觀念澄清

1. 發燒是一種症狀，乃是提醒身體有病源侵入；退燒只是讓小朋友比較舒服。
2. 發燒本身可以增進體內白血球抵抗疾病的能力，加速病情的痊癒。
3. 發燒本身不會燒壞腦筋，除非高燒至 41.7°C~42°C 或腦膜炎，腦炎引起的發燒。
4. 小兒發燒的原因很多，包括各種感染〈呼吸道、泌尿道感染或中耳炎、肺炎、腦膜炎等等〉腫瘤疾病、免疫系統疾病、夏季熱等等。
5. 有熱性痙攣或心臟病的小孩，若耳溫超過 38.5°C，或肛溫超過 39°C 立即給予塞劑退燒，並盡速就醫，但若小孩本身已經有腹瀉情形，則避免使用塞劑刺激肛門而引起腹瀉更嚴重。

## ◎如何讓發燒的小朋友較舒適

1. 調整室內溫度（大約攝氏 25°C~26°C），保持室內空氣流通。
2. 盡量減少衣服。
3. 不要蓋厚厚的棉被，輕柔的被蓋即可。
4. 多喝水可以助發汗，因水有調節溫度的功能，可使體溫下降及補充體內的失水。
5. 若仍持續高燒，可給小朋友洗溫水澡〈水溫 37°C 左右〉可使皮膚的血管擴張將體熱散出。
6. 冰枕可以讓小朋友感覺較舒服（6 個月內的寶寶請使用水枕）。
7. 充分休息，減少體力消耗
8. 不可自行給藥，發燒微疾病警訊，應就診詳細檢查了解病因。

### ◎發燒時有哪些注意事項

1. 發燒不宜以酒精擦拭身體退燒，以免體溫降得過低。
2. 避免至公共場所，以減低被感染其他疾病的機會。
3. 有罹患中耳炎、肺炎、猩紅熱、化膿性扁桃腺炎、泌尿道炎等感染性疾病，經治療後雖不再發燒，但仍應遵照醫囑繼續服用抗生素，以達療效。

### ◎須立刻就醫情況

1. 生命徵象改變
2. 發燒 39°C 以上
3. 昏睡、抽筋或頸部僵硬
4. 嘴唇發紫或呼吸困難