

小兒發燒護理

何謂「發燒」？

「發燒」是指體溫超過標準值（一般標準為37°C），通常腋溫超過37.5°C，口溫、耳溫或肛溫測量超過38°C時，就是發燒。

小兒發燒的可能原因：

- 外在因素：受環境的影響，例如：衣服穿著太多、水喝太少、房間空氣不流通。
- 內在因素：如感冒、泌尿道感染、腸胃道感染或過敏
- 其他：預防針注射、手術及運動後、飲食後、哭鬧後或沐浴後也會體溫上升。

發燒症狀：

呼吸淺又快、心跳加速，孩子臉色潮紅、身體溫熱，孩子易躁動不安、食慾減低、口渴、尿量減少，孩子發燒前易有寒顫情形，孩子易有噁心、嘔吐、頭痛情形

一般發燒的處理原則：

- 1.寒顫期：四肢冰冷、發抖，此時應予以保暖，如增加衣被、四肢熱敷、溫熱開水攝入。
- 2.發熱期:此時心跳呼吸會變快、臉色紅潤、皮膚溫熱，同時也可能產生食慾不振、身體痠痛、倦怠等。

- 處理方式：可先檢查穿著，確認衣物寬鬆、吸汗且透氣，繼續觀察小朋友活動力補充水分，若小朋友體溫持續超過38°C逾4小時，或同時哭鬧不停、呼吸困難等就需送醫。
 - 物理降溫輔助：溫水拭浴、降低室溫、冰枕（小於3個月的小孩建議用水枕）
- 3.退熱期：會有流汗、寒顫減輕、蒼白、皮膚冰冷、感覺變冷血管擴張的情形，爸媽要勤幫小朋友擦汗並更換乾爽衣物。
 - 4.請正確記錄發燒之天數，體溫度數及其他症狀提供醫師參考。
 - 5.依醫囑使用退燒藥，每次用藥要等待兩小時藥效才會發揮，約可以降1-1.5度的體溫，勿頻繁使用退燒藥。
 - 6.多喝水，但不用強迫。少量多次的餵食水分，冷熱不忌。
 - 7.退燒塞劑只有孩子嘔吐不能吃藥的時候才使用。
 - 8.腹瀉患者儘量不使用肛門栓劑，因為可能刺激肛門而使腹瀉情況更為嚴重，且腹瀉時也會影響藥物的吸收。

發燒合併下列情況請儘速就診：

- 1.發燒超過四十度半可能是有嚴重的疾病，例如中樞神經感染、藥物中毒、敗血症等。
- 2.發燒合併抽筋要考慮腦膜炎、腦炎還是熱性痙攣。此時要注意小孩抽筋的型式、抽筋時間的長短以及抽筋前後孩子的狀況，以供醫師作為診斷的參考。
- 3.發燒合併劇烈嘔吐或嚴重腹脹，要考慮腸道阻塞、腦壓上升等嚴重疾病。

- 4.發燒合併劇烈腹瀉或大量血便。
- 5.發燒合併有發紺、呼吸困難、呼吸急促、神智改變等。
- 6.發燒合併有皮膚紫癍或紫點。
- 7.發燒年齡小於三個月因為此時嬰兒抵抗力尚差，可能有嚴重疾病但症狀不明顯，或是病情變化快速。

諮詢專線：04-24632000 分機32861、32862
諮詢時間：週一至週五 09:00~17:30