

## 一、什麼是發燒：

發燒是身體對抗感染而引起的反應症狀，是潛在疾病的警示訊號。必須針對原因治療，發燒才可能完全褪去。故發燒時一定要注意相關症狀（如流鼻水、拉肚子、嘔吐、咳嗽…），以便找出症因治療。

## 二. 症狀：

1. 發燒定義指肛溫或耳溫超過  $38^{\circ}\text{C}$ 、腋溫超過  $37^{\circ}\text{C}$  (注意腋溫比肛溫或耳溫約低  $1^{\circ}\text{C}$ ，比口溫約低  $0.5^{\circ}\text{C}$ )。
2. 其他症狀如寒顫、皮膚發熱潮紅、口唇紅、乾燥、無出汗、少尿等。

## 三、非藥物處理護理指導：

1. 定時一天量 3 次或需要時加量體溫，並記錄。
2. 穿著寬鬆衣服，減少被蓋、襪子(高燒前有發抖畏冷時，先用棉被或衣物保暖)。
3. 保持室內空氣流通，調節室溫。
4. 多補充水份，多休息，勿過度活動。
5. 肛溫 (耳溫) 超過  $38^{\circ}\text{C}$ ，可睡水枕 (小於 3 個月) 或冰枕。
6. 使用退燒藥後，肛溫 (耳溫) 仍超過  $39^{\circ}\text{C}$ ，可洗溫水澡(水溫  $27\sim34^{\circ}\text{C}$ ，洗 20~30 分鐘，身體擦乾，注意水溫是否太低，勿讓小孩有發抖現象)。

## 四. 退燒藥物處理護理指導：

退燒藥物須經醫師指示使用：

1. 發燒超過肛溫  $38.5^{\circ}\text{C}$  或腋溫  $37.5^{\circ}\text{C}$ ，先使用口服退燒藥，若 1 小時後仍不下來，可加用栓劑。
2. 高燒超過肛溫  $39.5\sim40^{\circ}\text{C}$  可先使用栓劑，若 1 小時後降不下來，可加用口服退燒藥。
3. 有熱痙攣病史，宜提早使用口服退燒藥或栓劑，避免因高燒引起抽筋。
4. 退燒肛門栓劑注意事項：
  - (1)腹瀉患者非必要，儘量不使用。
  - (2)平時栓劑放冰箱下層。
  - (3)由尖端側(可先塗上乾淨凡士林)整個塞入肛門內，捏緊屁股 3 分鐘，使其溶化。

(4)原則上1天不超過4次(6~8小時1次)。

5. 出現下列情形，儘速回院處理：

- (1)精神活動力、食慾減低、
- (2)高燒不退( $\geq 40^{\circ}\text{C}$ )。
- (3)1天多次發燒。
- (4)發燒天數過長(超過2~3天)。
- (5)有特殊症狀出現(抽筋、意識變化、嘔吐、頭痛、腹痛、耳朵痛、呼吸急促或氣喘等)。



小兒發燒護理指導

(圖片摘自國民健康署)

如對護理指導有問題請洽詢

中山醫療社團法人中山醫院

地址：臺北市仁愛路四段112巷11號

電話：(02)2708-1166

94.03 制. 114.07 檢

現代醫療，傳統照顧