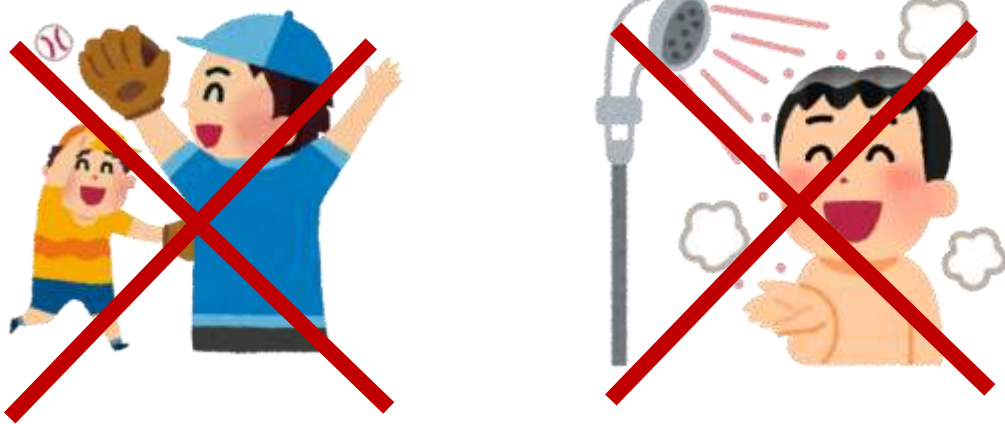




小兒發燒

一、什麼是發燒

- (一) 身體內部的中心體溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 。
- (二) 且須排除以下會影響體溫上升的因素：喝很多熱水、運動、洗熱水澡、長時間曬太陽、穿太多衣服、棉被蓋太厚等；待移除衣物及棉被、靜坐或休息 15 至 30 分鐘後再量體溫。



圖案來源：<http://www.irasutoya.com/>

全人智慧、醫療典範
愛心、品質、創新、當責
經小兒科醫師專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

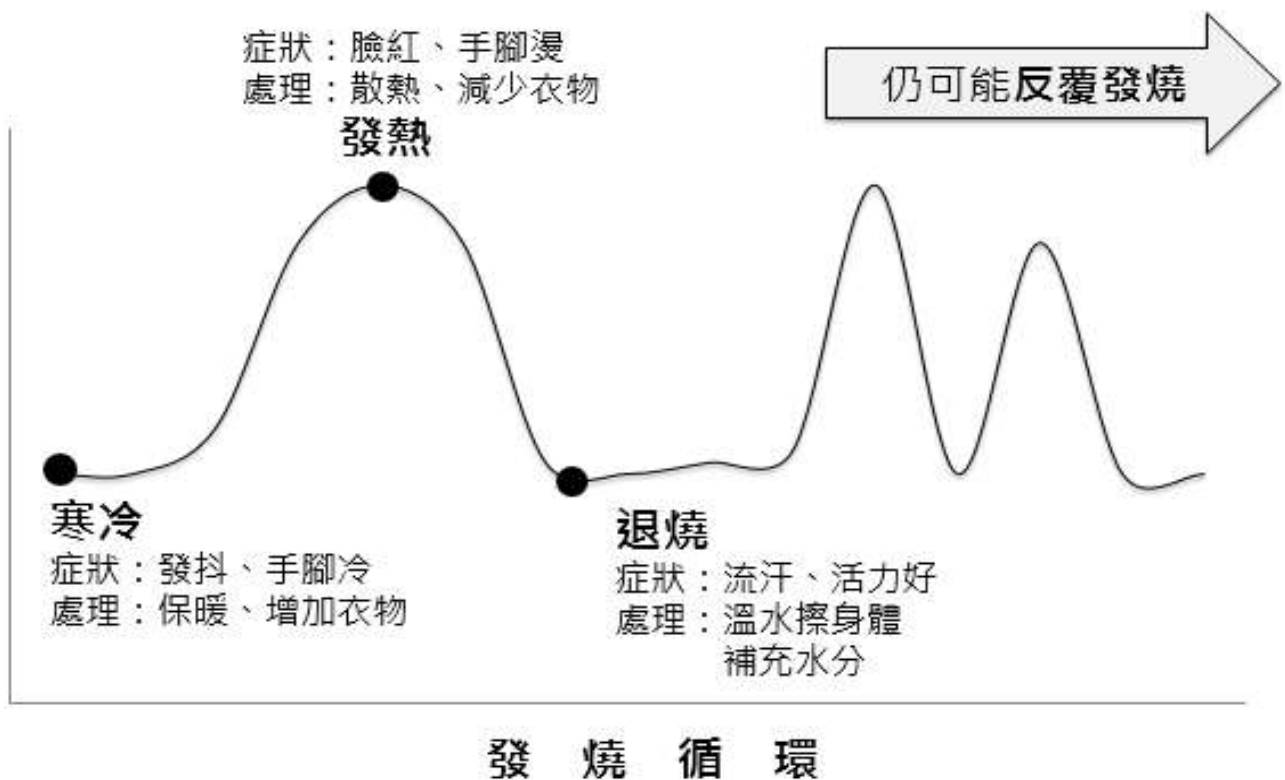
二、發燒會燒壞腦袋嗎？

口語傳說的「發燒把小孩腦子燒壞」的病例，大都是因為罹患了腦炎、腦膜炎等疾病所造成，發燒只是疾病的症狀表現之一，真正影響腦部的是感染腦部的病源。

三、症狀及處理

(一) 即將發燒的時候，常會先四肢冰冷與發抖，這時候可先給予保暖；全身發熱或流汗時再減少衣物與保持室溫涼爽，也可給予溫水擦拭身體。

(二) 冰敷對於兒童會太刺激，不建議使用。



四、飲食的建議

- (一)補充適量水份與電解質、給予流質易消化食物，
如布丁、優格、蒸蛋、冰淇淋，並避免過熱之
飲食。



- (二)兒童若不太喝開水，可以給有味道的運動飲料較
能吸引兒童飲用，但市售的運動飲料成分中的電
解質濃度較高，會影響兒童腎臟負擔，建議採開
水 1：1 稀釋或使用專用電解質水補充水份。



運動飲料



水

五、需緊急就醫的情況

1. 尿量大幅減少
2. 哭泣時沒有眼淚
3. 意識不清、持續昏睡(如：身體癱軟、觸碰沒有反應)
4. 持續頭痛與嘔吐
5. 脖子僵硬
6. 抽筋、手腳麻痺、感覺異常
7. 嘴唇、手指、腳趾發黑

六、結語

覺得有發燒時可以先摸小孩的四肢，若皮膚冰涼時，可先採取保暖措施，待皮膚發燙時減少被蓋，促進散熱。而飲食部分建議採流質易消化食物，且需注意食物避免過熱，並補充水分及電解質。

七、參考文獻

黃璫寧 (2017)· 黃璫寧：發燒衛教· 取自 <http://www.parenting.com.tw/article/article.action?id=5059718>

呂俊毅 (2015)· 兒童發燒怎麼辦· 取自 http://epaper.ntuh.gov.tw/health/201501/child_2.html

您喜歡這份衛教單張嗎?請拿起您的手機掃條碼完成滿意度，給我們回饋及建議，謝謝！

