

# 小兒發燒怎麼辦？

## 什麼是發燒？

發燒是身體自我保護的反應，發燒溫度大多介於38~41°C。當體內的中心溫度超過38°C以上就可稱為發燒；但運動、天氣熱、曝曬太陽下、洗熱水澡等也會提高體溫，若量體溫前有上述情況，應休息半小時後再測量確認是否真的發燒。

## 為什麼會發燒？

人體通常是先有疾病才會引起發燒，所以發燒只是一種『症狀』。常見的發燒原因可能是各種感染，包括：呼吸道、泌尿道感染或中耳炎、肺炎、腸炎、腦膜炎等，有時，注射疫苗有時亦會造成小兒發燒。大多數父母擔憂「燒壞腦袋」，但主要是因為小兒罹患腦炎、腦膜炎等疾病，發燒只是這些疾病的症狀之一，真正影響腦部的是腦部嚴重感染病症，所以確診病因才是最重要的。

## 住院了為什麼還在發燒？

住院著重在於找出引起發燒的病因，所以請配合相關檢驗檢查才能確立診斷給予適切的治療，對症下藥後自然發燒就會改善，如：每次發燒間距拉長或發燒的最高溫度漸減，都是疾病正在改善的表現。

## 小兒發燒的處理原則

### 一、測量體溫

- 如果感覺小兒體溫異常，一定要用體溫計或耳溫槍測量體溫，只用手觸摸皮膚來判斷是不準確的。
- 肛溫最接近身體中心溫度，耳溫最方便，使用耳溫槍測量應拉直耳道，才能準確測量體溫；測量口溫前半小時避免食用冷熱水；測量腋溫需確實置於腋窩夾緊體溫計。

### 二、評估症狀

- 體溫的高低與疾病嚴重度沒有一定相關，若孩子只是單純發燒，無其他症狀，退燒時精神及活動力也不錯，此時父母們別害怕，應整體觀察小兒的



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

體溫變化及有無其他症狀，以對症治療；若持續發燒超過一天，應就醫找出病因。

- 小兒發燒期間，除了測量體溫外，應觀察有無其他任何症狀，如：咳嗽、流鼻水、喉嚨痛、一直拉/摸耳朵、上吐下瀉、不吃東西、嘴巴破、手及腳掌有紅疹或水泡、活動力比平常差等，以便就醫時提供給醫師參考。

### 三、開始處理--以減少小兒不舒服為主要原則

- 若小兒發燒期間出現手腳發冷，可多加衣服或被蓋，減少體熱散失；鼓勵多休息，減少能量消耗，以幫助身體產熱；而冰枕、溫水擦澡或洗溫水澡等，是利用水溫帶走過高體溫加速散熱，故不建議在手腳冰冷時使用。
- 若小兒發燒時，全身溫熱且感覺不適，可給退燒藥減少不適；若使用一次退燒藥後仍覺不適，最好間隔4到6小時再給退燒藥，或小兒願意可在使用退燒藥後30分鐘，洗溫水澡幫助散熱。
- 口服退燒藥與栓劑的吸收速度不同，栓劑雖效果快，但腹瀉兒童並不適合使用，重點是疾病尚未痊癒前退燒後仍會再發燒。
- 若小兒發燒時，全身溫熱且大量流汗，可更換乾淨衣物，維持身體乾爽減少不適，亦可鼓勵多喝水以避免脫水。

### 四、隨時監測

- 小兒若出現以下狀況，不論是否發燒，應隨時立即求醫。

年齡小於3個月	發燒超過三天以上	體溫超過 40 °C
發生痙攣	意識難以喚醒或躁動不安	抱怨頭痛的厲害或頸部僵硬
呼吸急促或緩慢	皮膚出現紫斑	嚴重上吐下瀉

- 一般感染性疾病體溫不會無限制上升，而充足睡眠有助於小兒疾病的康復，若無上述須緊急就醫的症狀，即使半夜發燒，也不一定要叫醒小兒。

參考資料來源：成大總院 4C  
製作單位：OPD  
製作日期：112.06  
修訂日期：113.06  
DL-02-1-001-



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您