

發燒、
喉嚨痛
——
染SARS了嗎？

 楊
勤
榮

護理師

因為季節氣候的轉換，出現了發燒、喉嚨痛的情形，在過去便會直覺地認為是感冒，靠著喝開水、多休息，待幾天後症狀自然會緩解。但，去年春末夏初以後，如果周遭朋友出現上述的症狀，彼此之間就會如臨大敵，紛紛走避；而對於因發燒、喉嚨痛就診的患者，醫護人員也都會著好防護服裝，小心翼翼隔離處置，此乃拜 SARS 流行所賜。只是，在人心惶惶當下，如果不幸有發燒、喉嚨痛的症狀時，到底該怎麼辦呢？

這裡分別從嬰幼兒與成人兩方面來說明。嬰幼兒常見的健康問題以「發燒」列榜首，嬰幼兒正常體溫為 37°C ，如果增加到 $38\sim 39^{\circ}\text{C}$ ，甚至 40°C 以上，表示已受細菌或病毒感染。若發燒之外還有喉嚨痛症狀，則可能是流行性感冒、小兒麻痺症、柯沙奇病、扁桃腺炎等。當嬰幼兒有這些症狀出現時，父母應適當覆蓋幼兒以避免直接吹到風，並至醫療院所就醫。經醫師診治後，應依醫師指示給孩子服藥，不可因症狀消失而停止，否則可能引發風溼熱、風溼性心臟病。在家照護方面，應去除部分衣物使溫度散發，給與大量飲水使體溫下降；以溫水擦拭身體，促進舒適及降溫。從過去的 SARS 案例中，嬰幼兒的案例微乎其微，所以，除非有特殊接觸史，父母不要疑慮幼兒可能中煞。

成人若有發燒、喉嚨痛症狀，可能的病因有流行性感冒、嚴重急性呼吸道症候群（SARS）、急性扁桃腺炎、亞急性甲狀腺炎，說明如下：

一、流行性感冒

潛伏期 1~3 天，疾病期為 1~2 周，高燒持續 3~4 天，有時會出現喉嚨痛。嚴重的併發症為肺炎、支氣管炎等，可施打流行性感冒疫苗以預防之。治療方針以症狀處理為主，建議多喝水、多休息、保暖，及避免併發症的發生。

二、嚴重急性呼吸道症候群

潛伏期 2~7 天，最長 10 天，高燒 2 天以上，有時會出現喉嚨痛。病程容易急性惡化，死亡率 14~15 %，會併發神智不清、呼吸困難、肺部病變及纖維化等，目前無疫苗可預防。治療方式尚未明朗，採單人負壓隔離措施，首要目標以防止病毒傳播及保護醫護人員為主。

三、急性扁桃腺炎

會有明顯的高燒及喉嚨痛，扁桃腺有膿性分泌物，且細菌培養為陽性。治療以抗生素為主，應依醫囑持續服藥，直到痊癒後才能停藥，以預防併發風溼性心臟病。居家照護宜多喝水、多休息，保持口腔衛生。

四、亞急性甲狀腺炎

症狀為發燒、頸部腫痛、吞嚥困難，發病原因不明，可能由病毒引起，易誤診為感冒，但病情會逐日加重。當檢驗出白血球指數偏高，游離態甲狀腺素亦比平常人高





時，才能確診爲此病。以短期類固醇治療可稍改善病症。

經過上述病因、病程分析之後，還有很重要的一點是，要先確定於症狀出現前是否到過 SARS 疫區，且就醫時務必配戴 N95 口罩。不過，最重要的仍是注意日常保健，吃飽、睡暖、勤運動，自然疾病就上不了身。

