

## 發燒護理

### 一、發燒的原因

因為外來微生物侵入體內後，身體的一種反應，病原微生物會體內產生一種毒素-熱原素，刺激了體溫調節中樞，就發燒了。

應了解發燒只是身體對疾病的反應，並無傷害性，送醫診察找出病因更重要，因為傷害身體的其實是「病」而不是「燒」。

### 二、發燒的定義.

指體溫異常上昇，呈現高體溫狀態

	腋溫	口溫	肛溫
正常體溫	36.5°C±0.5	37°C±0.5	38°C 以下

### 三、發燒時可能伴著身心反應

食慾降低、吵鬧不安、頭痛、腹痛、嘔吐、四肢皮膚變得蒼白冰冷、出汗減少、皮膚變得較乾、臉頰潮紅、眼睛充血、嘴唇乾燥紅潤、倦怠、嗜睡等症狀。

### 四、發燒時處理方法之注意事項

(1)發燒的處理(肛溫)：

\*38-38.5 度：多喝水、多休息或使用水枕。

\*38.5-39 度：口服退燒藥、多喝水、多休息或使用水枕。

\*39-39.5 度：溫水拭浴、口服退燒藥、多喝水、多休息或使用冰枕、減少被蓋衣物。

\*39.5-40 度：溫水拭浴、口服退燒藥、多喝水、多休息或使用冰枕、看醫生，觀察孩童進食及活動狀況。

(2)須依醫囑，定時服藥；口服退燒藥使用必須間隔 4~6 小時才可再使用，以防過量引起低體溫。

(3)鼓勵飲水，因發燒需要水份較多，運動飲料跟溫開水對半稀釋亦可。

(4)補充營養素，採易消化之高熱量飲食，少量多餐，增加營養供應代謝加速的需要。

(5)減少衣服和被蓋，以減低體內熱的產生，促進散熱。

(6)避免至公共場所，減低感染。



參考資料：

王玉媚、黃美智(2008)·以實證護理探討小兒發燒的處置·護理雜誌·55(2)，10-15。

曾美容(2009)·發燒的回顧·藥學雜誌·25(2)，53-57。

護理部 編印

諮詢電話 22490088 轉 1111

臺北醫學大學·部立雙和醫院護理部內部文件，未經書面同意禁止翻印