



發燒病人之護理指導

一、發燒簡介

發燒是指為核心體溫大於 38°C，也就是肛溫 38°C、口溫 37.8°C、耳溫 37.5°C 或腋溫 37.2°C 以上。發燒為人體對抗感染的自然防禦機轉，故發燒處置以促進舒適為主，而非著重在降低體溫。

二、發燒病人居家護理指導

- (一) 多補充水分及營養素，採少量多餐方式攝取易消化之高熱量飲食，以增加營養供應及代謝加速的需要。
- (二) 減少衣著和被蓋，保持室內空氣流通，以促進散熱。
- (三) 減少出入公共場所，以避免交互感染；若必須出入公共場所，請戴口罩以避免病菌傳播。
- (四) 耳溫在攝氏 38°C 以上時，可按醫師指示使用退燒藥，必要時，可給予不會引起不舒服的濕毛巾敷額頭、頸部或睡水枕；不建議使用冰枕或冷水拭浴方式來降低體溫(尤其在發冷、寒顫時絕對不可使用，因其降溫效果有限且易造成不適)，更不可進行酒精拭浴。
- (五) 小孩耳溫大於 39°C時，可按醫師指示給予肛門栓劑(栓劑平時可冷藏於冰箱內，以避免溶解)。
- (六) 測量嬰幼童體溫應使用電子腋溫計或幼兒專用耳溫槍。
- (七) 每 1~4 小時量 1 次體溫，以了解體溫變化，必要時可縮短為半小時量一次體溫。若持續高燒不退，甚至意識改變，請儘速就醫。
- (八) 有少數嬰幼童發高燒時會引起熱痙攣，當痙攣發生時，應儘快將頭側向一邊，以利口腔分泌物流出，勿強行將硬物置入口中，以避免造成額外傷害，並立即送醫治療。
- (九) 若孩童退燒時仍嗜睡、活動力減退或出現皮膚紅疹情形，請儘速就醫。

參考資料

- Alqudah, M., Johnson, M., Cowin, L., & George, A. (2014). An innovative fever management education program for parents, caregivers, and emergency nurses. *Advanced Emergency Nursing Journal*, 36(1), 52-61. doi: 10.1097/TME.0000000000000004
- Ward, M. A. (2014). *Fever in infants and children: Pathophysiology and management*. Retrieved from http://www.uptodate.com.utorpa.ndmctsg.edu.tw/contents/fever-in-infants-and-children-pathophysiology-and-management?source=search_result&search=fever++management&selectedTitle=2%7E150#H19
- Ward, M. A. (2015). *Patient information: Fever in children(beyond basics)*. Retrieved from <http://www.uptodate.com/contents/fever-in-children-beyond-the-basics>