



# 發燒病人之護理指導

## 一、何謂發燒？

發燒的定義為體溫大於 $37.5^{\circ}\text{C}$ ，通常早上的體溫最低，然後隨著一天的開始慢慢升高。

## 二、發燒病人護理指導

- (一)多臥床休息，保持室內空氣流通，室溫維持在 $24^{\circ}\text{C}$ 左右，光線柔和，保持安靜。
- (二)鼓勵多喝水以補充水分，採易消化及少量多餐之高熱量飲食，以增加營養供應及代謝加速的需要。
- (三)減少衣著和被蓋，以減低體內熱的產生，促進散熱。
- (四)避免到公共場所，以避免交互感染，如需外出請戴口罩。
- (五)耳溫在攝氏 $38^{\circ}\text{C}$ 以上時，建議可在病人的額頭上使用冰袋或冰枕(寒顫時除外)， $38.5^{\circ}\text{C}$ 時依醫師指示使用退燒藥。高過 $39^{\circ}\text{C}$ 時，按醫師囑咐給予肛門栓劑(栓劑平時應冷藏於冰箱內，以免溶解)，或洗溫水澡降低體溫，至少每4小時量1次體溫，以了解體溫變化
- (六)至少每4小時量1次體溫，並依醫師指示，按時服用藥物。若持續高燒不退，請儘速就醫。
- (七)少數小孩子發高燒時會引起熱痙攣，當痙攣發生時，應儘速將頭側向一邊，以利口腔分泌物流出，衣服不要穿著太多，應注意孩童安全，勿強行將手指或湯匙等硬物置入口中，以防止牙齒受損或口腔外傷之不必要的傷害，並立即緊急送醫。

## 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。
- 蘇惠珍、賴秋絨(2007)·於蘇麗智、簡淑真、劉波兒、蘇惠珍、林靜娟、呂麗卿、陳明莉、羅筱芬、李淑琍、林淑燕、賴秋絨、邱淑玲、陳淑齡、謝珮琳、林玉惠、黃月芳、葉秀珍和著，*實用基本護理學*·(490-559頁)·台北：華杏。