

## 小兒發燒 Fever in children

### 一、發燒定義：

為人體因致熱源（pyrogen）導致下視丘的體溫調節中樞重新設定較高的溫度點，使體溫高於正常範圍，人體正常體溫為 37°C，且設定 38°C 為正常體溫的上限，意即體溫高於 38°C 則稱之為發燒

### 二、致病原因：

- (一)引起發燒的原因種類繁多，依其特性可分為四類：感染(為小兒發燒最常見的原因)、炎症、免疫反應等
- (二)發燒是生理性的調節反應，是身體受到微生物(如濾過性病毒或細菌)入侵而引起；孩童感染所造成的發燒大多是濾過性病毒感染，引起免疫系統中的白血球釋出「致熱素」刺激中樞神經下視丘體溫調節中樞，而造成體溫升高

### 三、發燒的過程及症狀

- (一)發燒的開始期（又稱為寒顫期、發冷期）- 體溫逐漸上升此期症狀有：寒顫、發抖、口渴、心跳呼吸加快、皮膚蒼白冰冷。此時的照護應以保暖為主，可給予被蓋保暖和調節室溫，多喝溫開水
- (二)發燒之極熱期(又稱為發熱期)-體溫達到最高極限  
此期症狀有:皮膚發紅發燙、心跳及呼吸快、頭痛、畏光、不安、昏睡，部分幼兒可能有抽搐現象、隨著發燒時間長短，可能有輕度到重度脫水現象：皮膚乾裂、尿量減少。此期應減少被蓋，給予水分的補充，可視病人狀況給予退燒藥或物理方式(如溫水拭浴等)降溫
- (三)退熱期(又稱為退燒期)- 體溫會逐漸下降  
此期症狀有：出汗、寒顫減輕，此時體表會藉排汗來散熱，應補充水分、注意適當保暖，並且把汗水擦乾，換穿寬鬆、吸汗的衣物

#### 四、發燒的護理措施：

##### (一)提供合宜的環境：

- 1.調節室溫 22~28°C。若發冷時可將室溫調高，並給予適當保暖，寒顫結束時則將室溫調低，去除過多衣物及被蓋
- 2.維持環境安靜舒適、空氣流通，避免陣風直吹

##### (二)注意水分及營養之攝取：

- 1.發燒病人宜增加水分攝入量
- 2.飲食重點：以溫和好消化、味道佳(能引起食慾)為主，少量多餐給予

##### (三)給予清潔護理：

- 1.保持皮膚清潔、乾燥，提供乾淨的衣服和床單
- 2.執行口腔護理，減輕口唇乾裂、口乾、口臭

##### (四)執行醫囑以降低體溫：

- 1.洗溫水澡或溫水拭浴，目的是讓體表的血管擴張，把體熱幅射蒸發出去，使體溫緩和下降
- 2.給予退燒藥：依照醫師處方給予退燒藥使用，退燒藥的目的在於減輕發燒不適，屬於症狀治療並不能根治小朋友的疾病。若病童發燒但精神活力佳，也無其他不舒適症狀，退燒藥可以不吃，多喝水及觀察即可

#### 五、飲食指導：

(一)採用低脂、低糖、高蛋白、高維生素及易消化的食物

(二)依病人的喜好，準備易引起食慾的食物

#### 六、參考資料

台灣兒科醫學會(2010，12月4日)·兒童發燒處置建

議·[http://www.pediatr.org.tw/people/edu\\_info.asp?id=12](http://www.pediatr.org.tw/people/edu_info.asp?id=12)。

程子芸、伍雁鈴、林芳怡(2017)·兒童期常見傳染病及其護理·於陳月枝總校閱，*實用兒科護理*(八版，268-344頁)，華杏。

林芳怡、謝玉惠(2019)·傳染性疾病患童的護理·於穆佩芬總校閱，*兒科護理學*(初版，246-287頁)·新文京。