



小兒發燒 Fever in children

一、發燒定義：

發燒被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、免疫反應及其他。
- (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 $22\sim 28^{\circ}\text{C}$ 。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。

【續後頁】

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、口臭及舌苔厚等現象。

(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

參考資料

陳月枝(2014)·實用兒科護理(七版)，台北：華杏。

蔣立琦、蔡綠蓉、黃靜微、邱淑如、毛新春、吳書雅、吳佩玲(2013)·兒科護理學(四版)·台北：永大。

http://www.pediatr.org.tw/people/edu_info.asp?id=12·台灣兒科醫學會·『兒童發燒處置建議』。

邱旅揚、戴玉慈、盛望徽、柯文哲(2013)·醫師與護理師專業準備度與發燒及藥物處置知識信念及處置依據之相關·護理暨健康照護研究，9(1)，74-82。

No.C0223

臺北市立聯合醫院 107 年 10 月 29 日修訂