

## 上呼吸道感染注意事項

1. 常合併間歇性發燒持續3~5天，此為正常過程，請按醫囑服藥，應多喝溫開水；若耳溫超過38°C且無畏寒時可使用冰枕，超過38.5°C時可泡溫水澡。
2. 咳嗽厲害時可多喝溫開水，避免冰、甜飲料及柑橘水果；若有痰時，可利用腹部肌肉及配合深呼吸以利痰的咳出；外出時可戴口罩，以避免冷空氣刺激。
3. 需有充份的休息，多攝取蔬菜水果。
4. 發燒時請保持鎮靜，必要時可電話詢問是否需再掛急診就醫；並且定期門診追蹤（急診專線：615-0995）。
5. 若有高燒不退、頭痛頸部僵硬、呼吸困難、多量黃痰、無法吞嚥口水等情形，請回急診就醫。

義大醫療財團法人 關心您