

發燒衛教指南

六、成人發燒該如何處理？

- 1.如果發燒持續一兩天後自行消退，通常不需過度擔心，多休息、多喝水即可。
- 2.若發燒伴隨寒顫、呼吸困難或最近從疫區回來，應立即就醫。
- 3.如果發燒超過兩三天未退，或沒有其他症狀但持續發燒，可能是感染或其他疾病的徵兆，應立即就醫。

七、參考資料

1.兒童感染症醫學會-兒童發燒衛教第一版



2.國健署-健康的叮嚀：打破發燒的迷思



3.大人發燒怎麼辦？-談簡單處理原則
(林口長庚黃景泰醫師)



義大醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

義大癌治療醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路21號

電話：07-6150022

義大大昌醫院

地址：高雄市三民區大昌一路305號

電話：07-5599123

本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

29.7X20cm 2025.02印製 2024.08修訂 HA-1-0014(2)



一、什麼情況下算是發燒？

1. 當身體中心體溫超過攝氏38度時，即表示有發燒現象。
2. 電子耳溫槍測得的溫度接近身體中心溫度，但對於三個月以下嬰兒，建議使用電子體溫計測量腋溫或背溫，因為耳溫的準確性較低。
3. 耳垢或中耳炎可能影響耳溫測量結果，但這些影響通常不超過 0.5 度。如果兩側耳溫不同，以較高者為準。

二、發燒會不會對身體造成傷害？

1. 發燒本身不會對身體造成直接傷害，也不會損害腦部。只有在感染嚴重影響腦部時，才可能引發神經症狀。
2. 發燒有助於提高免疫系統對抗感染的能力，人體體溫調節系統通常會將體溫控制在41度以下，只有在熱中暑或嚴重代謝異常等情況下，才可能出現極度高燒，這種情況可能導致橫紋肌溶解或腎臟損害。

三、小孩發燒該如何處理？

1. 何時使用退燒藥：若小孩患有慢性肺病、心臟病、貧血、糖尿病、或有熱痙攣史，當體溫超過38度時可考慮使用退燒藥。若無這些併發症且無明顯不適，則不必強行退燒。
2. 避免使用：18歲以下兒童不應使用阿斯匹靈或其他水楊酸製劑來退燒。
3. 物理退燒法：冰枕、溫水拭浴等物理方法對於由發炎引起的發燒效果有限，反而可能導致手腳冰冷。

四、發燒持續不退該怎麼辦？

1. 發燒是免疫系統運作的表現，發燒與退燒的循環可能重複發生。如果24小時內不再發燒，可能代表病情好轉。
2. 如果小孩有高燒且有併發症的風險，或因發燒感到嚴重不適，可考慮在醫師指導下交替使用不同退燒藥，但需注意不要超過建議劑量。

五、什麼情況下需要緊急送醫？

如果兒童出現以下情形，無論是否發燒，應立即就醫：

1. 三個月以下嬰兒發燒。
2. 尿量明顯減少或哭泣時無眼淚。
3. 意識不清、昏睡、躁動不安或眼神呆滯。
4. 痉攣、肌肉抽搐、肢體麻痺或感覺異常。
5. 持續頭痛或嘔吐。
6. 頸部僵硬。
7. 咳痰有血絲。
8. 呼吸困難或暫停呼吸。
9. 心跳過慢或不規則。
10. 活動能力顯著下降，如無法爬樓梯或稍走即喘。
11. 皮膚出現紫斑，或嘴唇、手指、腳趾發黑。