



農村家庭

嬰兒發燒

黃美丹

怎麼辦？

嬰兒的適應能力較大人差，抵抗力也較大人弱。剛出生至六個月的嬰兒，因還存留有來自母體的免疫力，不易得病，六個月以後，免疫力逐漸消失，又因與外界接觸的機會增加，得病機會越來越多，父母親稍為疏忽於照顧，就會生病，其中尤以發燒最常見。

發燒原因

嬰兒發燒原因：

(一)非傳染性疾病：如因氣溫太高、穿衣太多、包被太厚等，都可使嬰兒體溫上升，呈發燒現象。

(二)傳染性疾病：因疾病引起發燒，又可分為兩種。

①由濾過性病毒引起，如傷風、感冒、流行性感、麻疹等。

②由細菌性疾引起，①如肺炎球菌引起的各種肺炎；②鏈球菌的感染，如扁桃腺炎；③桿菌性的感染，如白喉、破傷風、腸熱病等；④葡萄球菌性的感染，如化膿性的感染等。

發燒特性

嬰兒發燒的特性：

1.發高燒，一發燒即達 39°C 以上。

2.來得快，好得也快，期間很少超過一星期。約有 7% 的嬰兒會發生抽筋現象。

3.上呼吸道感染引起的發燒居多數，因此常有咳嗽嘔吐的現象相伴發生。

4.嬰兒的發燒通常都不需要特效藥治療，給予良好的護理即可。

如何護理

做父母親者，尤其是跟嬰兒

最接近的母親，都應具有一般護理知識，在未送醫院診治之前，若能在家庭中先對發燒的嬰兒妥善的護理，便可減輕症狀及嬰兒的不適。簡單的護理方法：

(1)少穿衣少蓋被：在醫院常見許多父母親抱著穿著蓋很多的嬰兒來求診時，在醫生令其脫去外衣和包

(康原)





無憂無慮(呂昌平)

被後再測體溫，常使體溫下降，因此對發燒的嬰兒，不宜穿蓋太多。

(2)冷敷：用毛巾摺成三摺，在冷水或冰水中浸濕後將整個頭包起來，如此反覆數次，可使體溫降低；或用冰袋、冰枕枕於頭下亦可。

(3)酒精浴：嬰兒若發燒在 40°C 以上時，可用30%的熱酒精做全身的拭浴。通常在藥房可買到95%的酒精；可先倒 3 分之 1 杯，再倒 3 分之 2 杯熱水配合而成30%的熱

酒精；再用手帕或小毛巾浸濕，給發燒者做全身擦拭。但必需注意不可將酒精誤入眼睛。

(4)溫水浴：常可使體溫下降，是一種簡單的方法。

(5)休息：給予充分安靜的完全臥床休息。

(6)飲食方面應給予易消化的食物：如牛奶、稀飯、麥片等，少給油膩的食物。

(7)多喝開水。

(8)隔離：若為上呼吸道的疾病引起的發燒，為避免傳染給其他兄弟姊妹，應設法隔離。

(9)預防熱性痙攣，可用少許鎮靜劑；劑量必須經醫師指示才可用，用後並向醫師詳細說明。

(10)退燒藥：若在送醫診治之前，嬰兒的熱度已相當高，即可先給予少許退燒藥，但必須將用過的藥物名稱及劑量記下，詳細向醫生說明。

(11)不可自購藥物：嬰兒的發燒，一定有其原因，必須讓醫生詳細檢查，決不可自作聰明亂投藥石。

(12)家中應備有體溫表：一般的體溫表有口表、腋表及肛表，嬰兒應使用肛表較安全、準確。

預防發燒

(1)平時注意攝取營養，尤其是維他命A、維他命D及蛋白質的供給要足夠。

(2)按期接受健康檢查及接種預防注射。

(3)適宜運動與充分的休息。

(4)少接觸生病的人。

(5)避免出入公共場所，如百貨公司、戲院等。

泡菜

營養·好吃

(1)材料：白蘿蔔、胡蘿蔔、薑，各切薄片。

調味料：糖、醋、鹽。

(2)材料：白蘿蔔切長5公分，寬0.5公分。

調味料：醋、糖、醬油。

(3)材料：小黃瓜切幾道成花紋，再切0.5公分薄片。

調味料：薑打碎片、辣椒、鹽。

(4)材料：大黃瓜切橫薄片，長5公分雙頭箭形。

調味料：糖、醋。

(5)材料：馬鈴薯2個，胡蘿蔔少許，切細絲。

調味料：番茄醬、蒜頭、辣椒。

(6)材料：炸菜(四川菜)半斤切絲，薑切絲1/3。

調味料：蔥末2大匙，用紗布包起，洗去蔥汁撒在材料上，沙拉油下鍋燒熱澆上。

(7)材料：海帶用大火川燙一

下撈出漏乾，薑絲、蔥絲置上。

調味料：鍋裡置水(一碗)、加塩開後，太白粉勾芡，加香油。

(8)材料：高麗菜或包心菜。

調味料：蒜末、糖、醋、番茄醬。

做法：(1)高麗菜硬莖去掉，用手撕大塊或切大塊，開水裡川湯一下置盤裡待用。

(2)蒜末一大匙，加糖、醋、番茄醬，攪拌澆上①料即成。