

小孩發燒怎麼辦？

台北市家計中心／任宜蓀

小兒發燒，是令父母緊張的事情，尤其是未有育兒經驗的年輕父母。發燒的原因，大部分因感冒而來，也有因水分缺乏引起，而氣候的變化，也時常會使小孩發燒。總之，先應冷靜觀察，找出發燒的原因，必要時再送醫就診。

小兒發燒，對父母及醫師而言，都是一個嚴重的頭痛問題。尤其是剛生第一個小孩，尚未有育兒經驗的年輕爸爸和媽媽們，往往因此而手足無措，甚至因此而亂求醫、問神、收驚等。事實上，只要平常具備醫藥常識，必要時，再請教可靠的醫師，發燒也就不是什麼可怕的毛病，重要的是找出發燒的原因。

小孩的適應力較大人為差，抵抗力亦較大人弱。通常，剛出生至6個月的小孩，因尚存留母體的免疫力而不易得病。6個月以後，其免疫力逐漸消失，又因與外界接觸的機會增加，得病的機會就越來越多，父母稍為疏忽照顧，就會生病；其中尤以發燒為最常見。小孩不停的哭或不吃奶，一直抱着

母親不放，這表示有了不如意事發生或身體不舒服。

引起發燒的原因

一般小孩着涼，就會發燒。發燒的原因，大部份從感冒而來；也有因水分缺乏而引起發燒；而氣候的變化，也時常會使小孩發燒。如果發現自己小孩發燒，身為父母的，切不可慌張，先要冷靜觀察，是否真的發燒或其他原因。

一般發燒的原因很多，有些小孩害怕去看醫師，以致發燒超過39°C。因意外事件受傷也會發燒，最容易引起發燒的則是細菌和濾過性病毒的疾病，但是何原因會引起發燒，到目前為止還不清楚。身體一發燒，心跳就加快（體溫每升高1度，心跳每分鐘就加快10次），呼

吸也會加快，所以整個身體新陳代謝加速，因此需要比平常更多養分來補充。

找出原因對症治療

2歲以下（尤其1歲以下）的小孩，有時會有所謂「脫水熱」的症狀，那是小孩在生病時由於厭食、水分攝取不夠，或由高燒水分消耗太多，以致體液不足、血液濃縮，刺激大腦而引起發燒。所以，有時引起發燒的原有疾病已經好了，但因缺少水分（脫水）而發燒持續不退；或本來的燒沒退而熱上加熱。而腦、瘤子、中暑引起的發燒，是具有危險性的，可威脅到生命的安全。事實上，發燒只是一種「症狀」而不是「病」，所以發燒可以做為探求疾病的原因之最好症狀。所以遇到發燒一

定得知道原因。

一般小孩最易得的是上呼吸道感染(也就是一般所說的感冒)，其次是腸胃發炎、尿道感染、惡性腫瘤、發疹毛病(如麻疹、德國麻疹和玫瑰疹等)、預防接種、急性欠血、脫水、中樞神經疾患、高溫環境

(穿衣太多、包被太厚，都可使小孩體溫上升)等，而在小兒科常見的發燒以感冒最多。鼻炎、扁桃腺炎、喉頭炎和氣管炎差不多都可以包括在「感冒」這個病名以內。故發燒原因既然有那麼多，尤其是持久不退的發燒，應到醫院請教醫師，以期早診斷、早治療，以避免併發症發生。

高燒併發症——抽筋

常見的併發症如抽筋，以6個月到5歲之間小孩比較多，往往在發燒的同時引起抽筋。絕大多數的母親，在這時會嚇得不知所措，如果三更半夜跑醫院，反而會引起危險。最好是保持冷靜，注意小孩不要咬斷舌頭，使小孩側著身體躺臥觀察。看小孩體溫有多高？先發燒而後抽筋或抽筋後發燒，抽筋時間多長應詳細紀錄，提供



小孩一反平日活潑好動的個性，要觀察是否身體不舒服。(洪秀鳳 攝)
醫師參考診斷。

發燒有以下幾個特性提供參考：

1. 一燒即達 39°C 以上。
2. 來得快，好得也快，很少超過1週，約有7%小孩會發生抽筋現象。
3. 上呼吸道感染而引起的發燒居多，故常有咳嗽、嘔吐現象相伴而來。
4. 小孩的發燒通常都不需特效藥治療，好好照顧注意即可。

就醫前的處理

小孩脫水的症狀是皮膚和嘴唇乾燥而有皺紋，眼眶及前齒門下陷、小便量多、口水乾粘、煩躁不安。脫水

的治療，最簡單的當然是多喝開水或果汁來補充水份；但有時因小孩極端厭食或易吐，則需在醫院注射葡萄糖食鹽水或生理鹽水。

小孩發燒既然是常見的症狀，做父母的應具一般護理常識，在送醫前若能在家中先對發燒小孩妥善護理，便可減輕症狀和小孩的不適。以下幾種方法介紹參考：

1. 少穿衣蓋被。
2. 冷敷或以酒精擦拭、溫水浴。
3. 充分休息。
4. 給予易消化食物如牛奶稀飯、麥片。
5. 多喝開水補充水份。
6. 若為上呼吸道感染，為了安全不傳給其他小孩，應該設法隔離分開。
7. 預防抽筋可用少許醫師指定之鎮靜劑。
8. 給退燒藥並注意體溫變化。

事實上，發燒既是任何疾病先兆症狀，因此預防之道在於注意營養，尤其維他命A、D及蛋白質供給，定期預防注射及健康檢查，適當運動及充分休息，少接觸病人並避免去公共場所如百貨公司及戲院等，均可減少發生。