



發燒病人之護理指導

一、發燒簡介

發燒是指體內熱的產生多於散失，體溫超過正常溫度 0.6°C 且持續 4 小時，稱之為發燒。當核心體溫為大於 38°C ，也就是肛溫 38°C 、口溫 37.8°C 、耳溫 37.5°C 或腋溫 37.2°C 以上則定義為發燒；發燒是人體對抗感染的自然防禦機轉，故發燒處置以減緩不適症狀為主，而非著重在降低體溫。

二、發燒分期及症狀

- (一) 開始期 (體溫開始上升)：由於致熱源 (細菌、病毒等) 使體溫突然上升，此期病人易有皮膚蒼白、冰冷、肌肉開始收縮，會有發抖及寒顫、新陳代謝增加，呼吸及脈搏加快，且因呼吸變快會引起口渴。
- (二) 發熱期 (體溫達最高點)：此期病人皮膚發紅發熱、呼吸心跳加快、頭痛不安、昏睡，高燒時會出現神智不清、譫妄、幻覺、失去定向感。隨著發燒時間增長，可能造成脫水、皮膚及黏膜乾裂、嘴唇龜裂、嘴角潰瘍。
- (三) 退熱期 (體溫下降至恢復正常)：此期病人會有出汗、寒顫減緩或脫水情形，應盡速更換乾淨衣物及被單，以維持清潔乾燥。

三、發燒病人居家護理指導

- (一) 提供舒適的環境：減少衣著和被蓋，維持室內安寧，室溫控制在 $24\sim 27^{\circ}\text{C}$ 為佳，並保持空氣流通，避免風流直吹病人。
- (二) 退熱期應減少被蓋衣物，若出現寒顫時則應加強保暖。
- (三) 發燒時不建議常規使用退燒藥物，可增加水份攝入量，一天應至少攝入 $2,500\sim 3,000\text{mL}$ 以上的水分，但仍視病人狀況而有彈性調整；另應攝取高蛋白、高維生素及清淡的食物，採少量多餐進食，以補充因高燒代謝旺盛所喪失的熱量。
- (四) 體溫在攝氏 38°C 以上時，可按醫師指示使用退燒藥，必要時可給予濕毛巾敷額頭、頸部；不建議使用冰枕或冷水拭浴方式來降低體溫 (尤其在發冷、寒顫時避免使用，因其降溫效果有限且易造成不適)，更不可進行酒精拭浴。
- (五) 小孩體溫大於 39°C 時，可按醫師指示給予肛門塞劑 (栓劑平時可冷藏於冰箱內，以避免溶解)，但需特別注意如有腹瀉時較不適合使用降溫塞劑。
- (六) 測量嬰幼童體溫應使用電子腋溫計或幼兒專用耳溫槍。

三軍總醫院 護理部 編印
急診部
諮詢電話：(02)24633330



- (七)減少出入公共場所，以避免交互感染；若必須出入公共場所，請戴口罩以避免病菌傳播。
- (八)每 1~4 小時量一次體溫，以了解體溫變化，必要時可縮短為半小時量一次體溫。若持續高燒不退，甚至意識改變，請儘速就醫。
- (九)有少數嬰幼兒發高燒時會引起熱痙攣，當痙攣發生時，應儘快將頭側向一邊，以利口腔分泌物流出，勿強行將硬物置入口中，以避免造成額外傷害，並立即送醫治療。
- (十)若孩童退燒時仍嗜睡、活動力減退或出現皮膚紅疹情形，請儘速就醫。

參考資料

- 古佳琦、戴智意、周惠珠、李季芳 (2020) . 提升護理人員熱傷害認知及處置完整性之改善專案 . 志為護理－慈濟護理雜誌, 19 (6), 77-91 .
- Paul, S. P., Kini, P. K., Tibrewal, S. R., & Heaton, P. A. (2021). NICE guideline review: fever in under 5s: Assessment and initial management (NG143). *Archives of Disease in Childhood-Education and Practice*.
- Ward, M. A. (2020). Fever in infants and children: Pathophysiology and management, *UpToDate*. Retrieved April 19, 2021 from <https://www.uptodate.com/contents/fever-in-infants-and-children-pathophysiology-and-management>

護理指導評值

◎是非題

1. () 發燒是指為核心體溫大於 38°C。
2. () 孩童退燒時仍嗜睡、活動力減退或有皮膚紅疹情形，應儘速就醫。
3. () 測量嬰幼兒體溫應使用電子腋溫計或幼兒專用耳溫槍。

◎選擇題

4. () 下列何者非發燒時的分期？
 - (1)開始期
 - (2)發熱期
 - (3)維持期
 - (4)退熱期

三軍總醫院 護理部 編印
急診部

諮詢電話：(02)24633330



5. () 下列有關小孩發燒使用肛門栓劑的敘述，何者錯誤？
- (1) 栓劑平時可冷藏於冰箱內，以避免溶解。
 - (2) 小孩耳溫大於 39°C 就可以使用。
 - (3) 需特別注意如有腹瀉時較不適合使用降溫栓劑。
 - (4) 肛門塞劑每 4 個小時可以使用一次。
6. () 下列有關發燒居家護理指導，何者錯誤？
- (1) 耳溫在攝氏 38°C 以上時，可按醫師指示使用退燒藥，必要時，可給予濕毛巾敷額頭、頸部
 - (2) 退熱期應減少被蓋衣物，若出現寒顫時則應加強保暖
 - (3) 建議使用冰枕或冷水拭浴方式來降低體溫
 - (4) 減少出入公共場所，以避免交互感染；若必須出入公共場所，請戴口罩以避免病菌傳播。

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

1.(0) 2.(0) 3.(0) 4.(3) 5.(4) 6.(3)

三軍總醫院 護理部 編印
急診部

諮詢電話：(02)24633330