

2

減少穿衣，不宜蓋被，以利散熱。發燒的時候，因四肢皮膚下的血管收縮，四肢會感到冰冷，傳統的觀念以為幫小朋友穿上很多衣服『焗出一身汗』便會退燒。但這樣做只會令發燒持續，甚至使體溫更高。



3

打開窗戶，保持空氣流通。



4

鼓勵你的小朋友**多進水份**。



5

用溫水**擦浴**，同時用濕毛巾擦抹皮膚，每次大約15分鐘，有助散熱和減低體溫，但不要用火酒或冰袋。因為這會引致血管收縮，散熱困難。



鳴謝 Acknowledgement
新界西醫院聯網
New Territories West Cluster
病人啟力基金
Patient Empowerment Programme

兒童發燒的處理 (醫院管理局2021年2月修訂)

編輯日期2021年10月



屯門醫院

兒童及青少年科



兒童發燒 的處理



怎樣才算是發燒?



一般人的體溫會是98.6°F(華氏)或37°C(攝氏)左右，在正常情況下，早晚的體溫也可相差1°C，體溫亦可能因運動、天氣炎熱、穿得太多衣服而上升至1°C - 1.5°C。

體溫亦可能因不同的量度方法而有差異，所以發燒的定義亦因而有別，如果：

肛探試 >100.4°F (38.0°C)

口探 >99.5°F (37.5°C)

腋探試 >99.1°F (37.3°C)

耳探試 >100.4°F (38.0°C)

以上便算是發燒

註

腋探之準確程度較低。溫度讀數可因不同溫度計而異。

要立刻去見醫生嗎?

在某些情況下你應儘快帶你的孩子去見醫生，例如持續高燒、神情呆滯、有抽搐的情況，或你的孩子是幼嬰等。



孩子為什麼會發燒?

- 發燒只是一種病徵，是身體對抗細菌或病毒的警號。
- 小朋友發燒最常見的原因是過濾性病毒引起的上呼吸道感染，但亦可能是由病毒或細菌，引發其他的感染，如肺炎、腸胃炎、尿道炎、甚至是腦炎或腦膜炎等。
- 退燒藥本身對感染是沒有直接幫助的。



發燒的處理



1

退燒藥

- Paracetamol (撲熱息痛) 是最常用的退燒藥，有口服或肛塞的。
- 體溫在肛探 > 38.5°C (101.5°F)、口探 > 38.0°C (100.4°F)、腋探 > 37.5°C (99.2°F) 或耳探 > 38.5°C (101.5°F) 以上才需要服食退燒藥，發燒是有助身體的抵抗能力的。
- 但兩至三個月以下的幼嬰應儘量少用退燒藥，以免影響肝功能。
- 按醫生處方服用退燒藥，但切忌過量，因為退燒藥的作用只是令體溫暫時下降，讓小朋友比較舒服，但同時或重覆使用口服及肛塞退燒藥，藥量便可能過重，何時退燒其實是視乎發燒的原因。
- 避免使用含有阿士匹靈的退燒藥，因它的副作用很多，包括引發致命的韋氏綜合症。

