

FACTSHEET



本資料單張僅用於教育目的。請向醫生或其他醫務人員諮詢，以確保這些資訊適合您的孩子。如果您想對這份資料提出反饋意見，請訪問下列網頁：

<https://www.schn.health.nsw.gov.au/fact-sheets/feedback-form>

發燒 – 資料單張

Chinese Traditional

什麼是發燒？

小孩的正常體溫因年齡以及一天中的不同時間而異，可能在36.5和38攝氏度之間。體溫比這個溫度高就稱為發燒。

3個月以下的嬰兒體溫達到或超過38攝氏度，較大的嬰幼兒體溫達到或超過38.5攝氏度，就認為是發高燒。

如果您認為您的孩子發燒了，請用體溫計測量體溫。請遵循製造商的說明以獲得準確的讀數。額頭上的塑膠體溫帶不可靠，所以不建議使用。

發燒通常是體內有感染的徵兆。諸如感冒和流感這樣的感染非常常見，特別是在學齡前兒童中，這些兒童每年可能會感染多達5到10次。

發燒是一個自然的過程

發燒讓我們知道，身體正在努力對抗感染。發燒是一種自然的反應，本身並沒有害處，所以通常沒有必要治療。

不過，兒童在發燒的時候往往會感到難受、不舒服。給孩子服用諸如撲熱息痛或布洛芬等止痛藥，有助於讓他們覺得舒服些。根據孩子的年齡和體重，給孩子服用包裝上推薦的劑量。有時候在服藥後沒有效果，這並不表明孩子病情很嚴重。

發燒偶爾可能導致少數孩子熱性驚厥。熱性驚厥是跟發高燒有關的癲癇發作。儘管家長會很擔心，但熱性驚厥通常不會有長期的併發症。5歲以下的兒童中，每30個就有一個發生熱性驚厥；也就是說，30個孩子中的29個無論體溫可能有多高，都不會發生熱性驚厥。沒有證據表明止痛藥可以預防或減少發生熱性驚厥。

什麼原因導致發燒？

在最經常的情況下，發燒是由病毒（如感冒和流感）引起的。病毒感染比細菌感染更常見，不需要使用抗生素，因為抗生素不能治癒病毒。大多數發燒會自己恢復。

在不太經常的情況下，發燒是由細菌感染引起的，通常用抗生素治療。

在罕見的情況下，細菌可能引起尿液、肺部（肺炎）、血液和大腦（腦膜炎）感染。

對於年齡很小的嬰兒，必須找出發燒的原因。

什麼時候需要看醫生？

兒童應該先去看全科醫生，進行評估。然後，孩子的醫生可以確定是否需要到醫院做進一步檢查。

如果孩子發燒而且屬於以下情況，就需要去看醫生：

- 孩子年齡非常小（不到3個月大）。
- 孩子看起來病得很重。
- 孩子有慢性病，而且醫生囑咐您發燒時要去看醫生。

如果孩子出現以下情況，也需要去看醫生：

- 疼痛，特別是頭痛、腹痛或四肢疼痛
- 吞咽困難
- 呼吸困難
- 皮疹
- 嘔吐
- 頸部僵硬或眼睛怕光
- 囟門（嬰兒頭部的軟點）隆起。
- 瞌睡、困倦或易怒
- 發燒超過3天
- 最近去過海外
- 接觸過嚴重感染患者

大一點的孩子（3歲以上）如果感冒了，但病得不嚴重，那麼一般不需要因為發燒就去看醫生。

在家照顧孩子

- 孩子穿的衣服要合適，讓他們感到舒適，既不發抖也不出汗。
- 給孩子喝足夠的液體；發燒的孩子需要的液體比平時多。
- 不建議給發燒的孩子用水擦或用風扇吹。
- 觀察孩子有沒有病情加重的跡象。
- 如果孩子病情加重，請去看醫生。
- 一般來說，等孩子身體好了以後再去日托機構、學前班或學校。讓服務機構知道您的孩子生病了。如果您看過醫生，請跟醫生商量，因為孩子在家的時間長短將根據孩子的病情而有所不同。

一些常見的問題：

出牙會引起發燒嗎？

正在出牙的孩子可能會發燒到38攝氏度，但發燒超過38攝氏度就更可能是由於感染。

我的孩子在服用止痛藥後仍然發燒。我應該擔心嗎？

如果您的孩子感覺好些了，其他症狀也改善了，就不用擔心。止痛藥未必能夠退燒，但往往能讓孩子覺得好一些。

我可以給孩子服阿司匹林嗎？

除非醫生特別開處方，否則不要給孩子服阿司匹林。

請記住：

- 兒童發燒很常見，大多數是由病毒感染引起的。
- 如果孩子似乎還好，很開心，就沒有必要治療發燒。
- 幫助您的孩子喝足夠的液體。
- 如果3個月以下的嬰兒體溫達到或超過38攝氏度，那麼就要去看醫生。
- 觀察孩子是否有病情加重的跡象。
- 如果孩子病情加重，請去看醫生。

更多的保健建議請打電話 1800 022 222
向 HealthDirect 查詢。