

# 發燒

制訂日期:98 年 4 月 27 日

修訂日期:112 年 7 月 08 日

## 一、發燒定義：

- (一) 核心體溫：是指人體心臟、腦部及其它維持生命重要器官的溫度，以耳溫槍測量出來的耳溫溫度最能代表核心溫度，當核心溫度大於等於  $38^{\circ}\text{C}$  則稱之為發燒。
- (二) 體表溫度：易隨環境而改變，而不準確。如腋溫所測的是表皮溫度，一般而言，當腋溫溫度大於等於  $37.5^{\circ}\text{C}$  則稱之為發燒。

## 二、發燒的原因：

1. 疾病或創傷: 感染、神經系統傷害(如腦挫傷致使體溫調解中樞受到傷害)、循環系統障礙(如大腦栓塞)、血液疾病(如白血病)、惡性腫瘤、中暑、脫水(嚴重腹瀉、燒傷所致)、外科手術後 3-4 天。
2. 藥物或麻醉: 如使用甲狀腺素及腎上腺素。
3. 高溫環境: 因長期暴露於高溫環境中，致使發生疾病，一般常見為中暑、熱衰竭、熱痙攣。
4. 不明熱: 發燒的原因不明稱為不明熱(UFO)。

## 三、發燒的症狀：

1. 寒顫: 從輕微顫抖至猛烈肌肉收縮，使得產熱增加。
2. 呼吸加快
3. 心跳速度加快，新陳代謝增加(體溫每上升  $1^{\circ}\text{C}$ ，基礎代謝率即增加 13%)。
4. 口乾、舌燥
5. 皮膚發紅、發燙。
6. 神經系統敏感，產生頭痛、不安、畏光、昏睡等情形。
7. 高燒時(體溫  $40^{\circ}\text{C}$  以上)會導致神智不清、瞻望、有幻覺等行為。
8. 全身疲倦、軟弱無力、肌肉關節疼痛。
9. 食慾減退甚至體重減輕。
10. 尿量減少，可能有輕度至重度的脫水。

## 四、發燒的注意事項

1. 多補充水份，每天至少 3000cc 以上，除非有心臟病 或腎臟疾病之禁忌。
2. 飲食以清淡為主，採少量多餐，少吃油膩食物，多攝取高蛋白、高維生素飲食。
3. 穿著輕便的衣服，勿用厚毛毯或衣服包裹，減少衣著及被蓋，以利體熱散發，如有衣服濕了要隨時更換，以免吹風受涼。
4. 如果四肢冰涼又猛打寒顫，表示需要溫熱，要外加棉被覆蓋。如果四肢及手腳溫熱且全身出汗，表示需要散熱，可以少穿點衣物。
5. 冷敷：用毛巾在冷水中浸濕後放於前額，用冰枕於腦後或額前及雙側腋下。(不一定能直接降溫，但至少感覺身體較舒適)
6. 拭浴或泡熱水澡可協助散熱。
7. 請勿自行購成藥服用：發燒一定有其原因，須詳細檢查，不可自行服用成藥退燒。

# 發燒

制訂日期:98 年 4 月 27 日

修訂日期:112 年 7 月 08 日

8. 保持室內空氣流通，調節環境溫度，如打開冷氣或電風扇(避免陣風直吹)，室溫維持攝氏 20-23.9°C。保持環境安靜，多休息。
9. 口服退燒藥與栓劑不可同時使用，給藥後 1 小時以上再量體溫若未下降則才可再給不同之退燒藥。(千萬不可過量)
10. 每 4 小時或更密切測量生命徵象直至病人退燒後 72 小時。
11. 依醫師指示：按時服用藥物，避免到公共場所。

## 五、諮詢方法

若對以上內容有疑問或建議，請洽詢(04)24922000 轉分機 1700、1800、[1900](tel:1900) 或 [E-mail 至 wfcc.hos@msa.hinet.net](mailto:wfcc.hos@msa.hinet.net)