

臺灣地處亞熱帶，每到夏天，火傘高張，氣溫節節上升，受到氣候與環境變化的影響，有許多疾病容易在此時發生；以下簡單地介紹幾種比較常見的疾病，及其治療或預防方法。嬰幼兒夏季熱又名為暑熱症，是炎炎夏日特有的發燒現象，多見於六個月到四歲的嬰幼兒；可能的病因是這個年齡層的孩子，中樞神經系統發育未成熟，體溫調節功能不良，體溫隨外界溫度變化而改變，因此出現「日出而升，日落而降」的規律性。通常自清晨開始孩子的體溫便逐漸上升到 38°C~40°C 之間，午後慢慢退燒，到傍晚便趨於正常，過了半夜，大約清晨兩、三點，體溫又慢慢上升；通常到了深秋氣候轉涼時，發燒的情形才會消失。發燒時，小孩會有愛哭鬧、煩躁不安、食欲不振等現象。在求診有經驗的小兒科醫師，排除掉其他疾病的可能之後，事實上是不要太擔心的。如果能有冷氣機把室內溫度控制在 20°C~24°C 左右，且不要過度添加衣物和蓋被子導致體溫發散與調節的障礙，通常並不需藥物治療；另外也要適當地補充水份、注意營養均衡、保持排便順暢。

腸病毒可分為克沙奇病毒 A 群、B 群、小兒麻痺病毒、依科病毒、及目前流行於臺灣的腸病毒 71 型和其他腸病毒。腸病毒流行於夏秋季，可經口、飛沫、接觸之途徑傳染，多發生於十歲以下的小孩，潛伏期為二至五天，大多數為無症狀感染或非特定行性發燒，典型症狀為倦怠、全身不適、口腔、手腳掌潰瘍（泡疹性咽峽炎、手足口病）；如果出現持續或反覆高燒、嘔吐、嗜睡、不安、意識不清、活力不佳、咳嗽、呼吸急促等情形要迅速就醫，因為有可能是心肌炎、肺水腫、或腦炎、腦壓高的表現。腸病毒並無特殊療法，一般以對抗症狀之支持療法為主；在預防方面，須勤加洗手，避免進入公共場所。

登革熱俗稱「斷骨熱」，是由登革熱病毒引起的急性傳染病，以埃及斑蚊、白線斑蚊為傳播媒介；依發病症狀可分為：1. 典型登革熱 2. 出血性登革熱。1. 典型登革熱的症狀為「疼痛」：頭痛、肌肉關節酸痛、背痛、後眼窩痛，「發疹」：高燒後出現胸部、軀幹紅疹，擴散至四肢及臉部，特徵為搔癢、刺痛，且予施加外壓時，紅疹不會消退。2. 出血性登革熱是發生於第一次感染登革熱後，又感染不同型的登革熱病毒時，其症狀為發燒、頭痛、肌肉痛、噁心嘔吐、全身倦怠、明顯出血現象（如皮下點狀出血、腸胃道出血、子宮出血、血尿等等）、四肢冰冷、脈搏加速、血壓下降、甚至休克等，若無適當治療，死亡率相當高。另外，出血性登革熱出血的時間大約是在發燒將退的時候，或是退燒後 24~48 小時，家屬應當多加留意，避免延誤就醫時效；防治方法還是消滅病媒蚊之孳生源（積水容器）為主。

常見熱病---熱衰竭、中暑 熱衰竭是最常見的熱病，因為在高溫的環境下，過多的水份和鹽份流失，超過心臟血管所能負荷的程度。症狀包括全身無力、焦慮、疲憊、口渴、頭暈、頭痛、嘔吐、肌肉不協調、暈倒；暈倒的時間短暫，可以發現皮膚濕冷、臉色蒼白、瞳孔放大、心跳加快、低血壓。治療的方法為將患者移至陰涼處，並補充鹽份和水的流失，通常很快就可恢復。如果嚴重到體溫調節中樞失去功能時，不管是年輕人常見的運動型中暑或服用多種藥物的老年人常見之典型中暑，通常體溫上升至 41°C 以上、且會出現頭痛、嘔吐、腹痛、以及神經系統方面症狀如抽搐、走路不穩、說話不清、精神混亂、嗜睡，到最後的昏迷、休克。如果橫紋肌溶解、急性腎衰竭、瀰漫性血管內凝血症發生時，預後就比較差了。中暑的處理首要是即時降低體溫，可以冰浴或冰水、酒精擦拭，並緊急送醫；預防則最好避免在酷熱的天氣中運動及工作，若不得已，則要隨時補充足夠的鹽份和水。

香港腳又稱足癬，通常是指由皮膚菌所引起的表淺性皮膚黴菌感染；在天熱多汗的時候特別容易發作；症狀通常為癢、皮膚小水泡、腳脫皮、腳趾裂，較嚴重的會各處傳染，甚至併發細菌感染、發生丹毒；必須早期治療，而且不要因為不會癢就中斷治療，如此復發的機會很高。通常在自覺好了之後，繼續用藥數週，若連續三星期黴菌檢查及培養都是陰性才算治癒。濕、熱是黴菌的溫床，保持腳

的乾爽就是對付黴菌最好的方法。夏日常見疾病自然還有很多，不及備述，在其他篇章中也還會有更詳細的介紹，希望大家都能有一個涼快的盛夏。