



我的小孩 發燒怎麼辦？

◎台中安康社區醫療群／蘇游耳鼻喉科診所
邱柔嘉（兒科專科醫師）蘇六功 韓暉光醫師

兒童發燒，除了感染是主要原因外，環境、水分攝取量、活動力、穿著等都會影響體溫的高低。一般定義肛溫高於 37.8℃，口溫高於 37.3℃，腋溫高於 36.8℃ 為發燒。如果溫度太高，持續時間太久或已影響兒童正常飲食起居及活力，或合併有抽筋、昏睡、神智不清、厲害嘔吐、發紺者，必須請醫生診治以查明原因。

發燒對人體的免疫系統有益，所以發燒不一定要吃退燒藥的觀念是正確的。人體的生理機能中除了引起發燒的系統以外，還有防止體溫過度升高的退燒系統，這兩者的平衡是互相牽制，所以一般感染症、風濕性疾病、癌症等引起的發燒絕大部分都不會超過攝氏 41 度。發燒到幾度須退燒？國內專家討論過這個議題，但無法獲得共識，只能說攝氏 39-41 度之間的體溫可以是正常也可能是過度反應，要看個人反應。如果病人全身不適症狀很明顯，就可以考慮退燒。此外，有慢性心肺疾病、代謝性疾病、癲癇、慢性貧血等病人對於發燒比較敏感，所以這些特殊體質者需要積極退燒。每一種感染都有一定的發燒持續時間，並非退燒藥的效果，而是退燒的時間到了，所以，最重要的是找出發燒的原因而非一味地退燒。

發燒與熱性痙攣的認識

熱性痙攣

單純性的熱性痙攣好發於6個月至6歲之兒童。其原因是由於幼童的腦部發育未成熟，於體溫高於38°C時易引起腦細胞異常放電。此類抽筋大部分是全身性發作，通常不超過15分鐘。建議於發作後2星期作腦波檢查作參考。單純性的熱性痙攣常有家族史且預後良好，只要在小朋友發燒時聽特別注意不要讓體溫大於38.7°C便可避免發生，不需用任何抗抽筋藥物治療。

少部分熱性痙攣的兒童臨床上有發生抽筋時間超過15分鐘，或有局部發作，或在24小時內連續多發性發作，稱為複雜性熱性痙攣。此群小朋友約有1.5-3.5%日後會有復發性非熱性痙攣（即癲癇），須至小兒神經科門診追蹤。

所以各位家長下次您家小寶貝發燒時，就不必過於驚慌擔憂了。

醫師簡介

邱柔嘉 醫師

台中安康社區醫療群

蘇游耳鼻喉科診所 兒科專科醫師

