

發燒了，怎麼辦？

為什麼會發燒？

在人體腦部下視丘的地方有個體溫調節中樞，平常沒有生病的時候體溫會維持在36.5°C左右。

當人體因為感染等各種疾病出現發炎反應的時候，這些發炎反應會作用在體溫調節中樞，而使體溫的定位點上升，於是身體就開始發燒了。

另一種情形是身體並沒有發炎，但因為身體熱量太多來不及散熱而使體溫上升，我們稱之為「體溫過高 (hyperthermia)」，例如處在高溫環境下、運動、洗三溫暖、中暑等。

發燒了可以怎麼做

發燒時首要是補充水分；其次是幫助身體散熱，減少衣物或溫水擦澡，多休息避免至公共場所。

依醫師指示，服用正確份量的退燒藥；千萬不能過量。孩童使用退燒肛門塞劑需間隔6小時，以防止過量造成低體溫。



注意！注意！

出現下列狀況請立即就醫

- 持續發燒超過39度，使用藥物仍高燒不退。
- 意識改變(愈來愈嗜睡，不易喚醒)、劇烈頭痛或頸部僵硬。
- 呼吸急促或呼吸困難。
- 皮膚有紅疹、紅色斑點或出血傾向。
- 孩童出現哭鬧嚴重、活動力或食慾變差、吞嚥困難等。

建議與諮詢

建議看診科別：

急診內科、一般內科、家庭醫學科。

18歲以下孩童請掛兒科。

諮詢專線

(03)3613141#3246。