



1. 何謂發燒

- 「發燒」是指依測量部位所測得的體溫超過下列標準而定：
 - 腋溫：攝氏37.5度。
 - 口溫、耳溫、肛溫：攝氏38度。
- 造成發燒的原因，主要為感冒及感染，例如呼吸道感染、腸胃道感染、傷口感染等多種因素。
- 發燒為一種身體不適之症狀，發生時除了執行退燒的居家護理措施外，更應找出發燒的原因，才能對症下藥有效治療。



2. 居家護理

- 居住環境保持安靜及舒適，並維持室內空氣流通。
- 適當增減穿著衣物及調整被蓋，以促進散熱。
- 攝取足夠水份，每日約2000-3000c.c.，也可攝取運動飲料，如果沒咳嗽症狀或其他疾病及用藥限制，也可飲用果汁。
- 飲食可採流質飲食，以低脂肪、高蛋白、高維他命為主。



- 避免出入公共場所，減少感染機會。
- 發燒時建議處置：
 - 攝氏37.5-37.9度：多喝水，多休息、冰枕或冰寶使用。
 - 攝氏38-38.4度：口服退燒藥物並多喝水、多休息、冰枕或冰寶使用。
 - 攝氏38.5度以上：儘速至醫院就診。
- 服用藥物須經醫師指示用藥，勿自行購買成藥，以免延誤病情。
- 有以下情形請立即回院就診：
 - 使用退燒照顧方法已超過30分鐘以上，體溫仍在攝氏39.5度以上者。
 - 覺得胸悶或呼吸困難現象。
 - 抽搐、眼睛的眼白上翻或任何異常現象者。