

發燒的護理指導



發燒的定義

當體溫達到以下標準時，視為發燒：

顳溫（額溫） $> 37.8^{\circ}\text{C}$

耳溫 $> 38^{\circ}\text{C}$

肛溫 $> 38^{\circ}\text{C}$

腋溫 $> 37^{\circ}\text{C}$



發燒常見的病因

1. 感染：
細菌、病毒、寄生蟲等引發的感染。
2. 自體免疫疾病：
如風濕熱、全身性紅斑性狼瘡等。
3. 惡性腫瘤：
各類癌症可能導致發燒。
4. 血液疾病：
如白血病、溶血性疾病等。



發燒的症狀變化



發燒前：

畏寒、發抖、
呼吸加快、
心跳加快、
皮膚蒼白冰冷。



發燒時：

皮膚發紅、發燙、
頭痛、全身倦怠、
食慾不振、噁心、
口渴。



退燒期：

大量出汗，
可能導致脫水。

發燒的處理方法

1. 藥物治療：

使用退燒藥可短暫降低體溫，緩解不適，但不治療根本病因。

2. 物理降溫：

可使用冰枕、冰袋幫助降溫，並提供心理安定感。



3. 環境調整：

保持室內涼爽、安靜、空氣流通，以提高舒適度。



4. 身體清潔：

勤更換衣物與床單，避免汗水造成不適。



5. 補充水分：

若無禁食需求，應多喝水，防止脫水。

6. 充分休息：

建議多臥床休息。



7. 安全防護：

臥床時拉起床欄，下床如廁時應有家人陪同，以免跌倒。



參考資料

陳偉鵬、謝惠玲(2024)·發燒·於周慧珊總編輯，臨床症狀護理(四版，1-7頁)·華杏。

天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2025年5月第一版製