

高雄市立小港醫院  
(委託財團法人高雄醫學大學經營)  
發燒注意事項



### 一、發燒需知

身體遭受到感染或是發炎時，發燒是生理反應之一，因此由醫師找出病因，對症治療是最根本且重要的事。當然除了治療根本疾病外，當發燒、特別是高燒或因發燒而頗不舒服時，症狀治療性退燒還是有幫助的。

經過治療，您的症狀已經有所改善，可以回家休養。為了順利復元，請注意並配合以下事項：

#### 1. 臥床休息：

發燒時請臥床休息，以利於恢復體力，早日康復。

#### 2. 補充水份：

發燒時體內水份的流失會加快，因此在可行範圍內宜多飲用開水、果汁、運動飲料及不含酒精或咖啡因的飲料。無任何禁忌下，水分補充成人至少每天 2500-3000C.C.，兒童至少每天 1000 C.C.。

#### 3. 如不覺得畏寒狀況下，盡量避免穿過多的衣服或蓋厚重的棉被，因為這樣會使得身體散熱不易，加重發燒的不適與嚴重度。

#### 4. 定期服藥：

請務必遵照醫師指示，定時定量服用藥物，藥物用完時如果尚有不適，請到內科外科兒科家醫科門診繼續追蹤治療。

#### 5. 如果發燒體溫超過 38.5°C，請服用退燒藥乙份，且以溫水(27~37°C)擦拭身體，當水份由體表蒸發時，會帶走額外的熱，改善發燒，讓您與疾病奮戰的過程較不辛苦。

6. 小兒發燒耳溫超過 38°C，先使用口服退燒藥物，再配合溫水拭浴，隔 2 小時後再量，若 2 小時後仍退不下來，可以再使用塞劑退燒。塞劑每隔 6 至 8 小時可使用一次，藥劑量依照醫師指示使用。小兒測量耳溫方式（3 歲以下耳朵向下向後拉，3 歲以上向上向後拉）。
7. 小兒有熱痙攣病史者宜提早使用口服退燒藥或塞劑，避免高燒引起抽筋。
8. 肛門塞劑：塞劑應放在室溫儲存。使用時尖端塞入肛門內，捏緊肛門 3 分鐘，使其溶化。

## 二、如果有下列情形，請立刻回來複診

1. 持續發燒超過 39°C 且連續發燒超過 3 天以上，且對於藥物治療的反應不理想。
2. 精神不振，特別是越來越嗜睡、甚至不易喚醒。
3. 劇烈頭痛或是頸部僵硬。
4. 身體任何一部份皮膚發生紅疹或是有出血傾向的出現。
5. 如果是小朋友，哭鬧嚴重、活動力明顯變差、無法進食、吞嚥困難、口水外流。
6. 或是任何讓您覺得不放心的症狀。

若有任何問題請電洽急診室諮詢：

TEL：(07) 8036783 轉 3119、3112~3115

~小港醫院急診科關心您~