

+ 孩子發燒 護理手冊



文光出版社出版

孩子發燒護理手冊

出版：文光出版社

九龍大角咀大同新邨大成樓

承印：鴻文印刷公司

香港葵青工業大廈

定價港幣十六元正

版權所有・翻印必究

一九八六年一月版

孩子發燒護理手冊

出版：文光出版社

九龍大角咀大同新邨大成樓

承印：鴻文印刷公司

香港葵崗工業大廈

定價港幣十六元正

版權所有·翻印必究

一九八六年一月版

出版說明

小孩子發燒是很常見的事，也是每位父母最關切的問題。不幸關於發燒的種種錯誤觀念也相當多，而且廣存於大眾，甚至部分醫護人員之間。

而目前市面上，也找不到一本專門討論小兒發燒問題的常備書籍，以供一般人參考。

筆者有見及此，特以多年來在公立醫院小兒科工作的臨床體驗，編寫本書，期望能給予為父母者一些有關幼兒發燒的正確觀念，這也是編寫本書的目的。

本書共分三部份。第一部分是本書的主體，談及發燒的觀念及處理原則。

第二、三部分是一般門診常見的幾種發燒疾病，各病大略介紹一點概念。大致是描寫家長能看得到的症狀，而診斷、檢查、治療都是醫生的事，就略去不寫，以免家長自己亂下診斷。第二部分是「非細菌」（主要是病毒性）感染的發燒病，門診常見的病大多是這些病。第三部分則是細菌性感染，嚴重一點的可能要住院治療。

目 錄

認識正確的發燒觀念	3
小兒發燒是一件大事	3
淺談體溫	6
為什麼會發燒	9
發燒並不全壞	12
寶寶得自母親的第一個禮物	15
怎樣發現小寶寶發燒了	17
發燒不會燒壞腦子	22
須要急著看醫師嗎	27
如何自己處理發燒	31
退燒藥的問題	34
涼爽有益退燒	37
發燒抽筋的處理	39
有沒有必要打退燒針	43

發燒與白血球.....	46
爲什麼一直不退燒.....	51
長牙齒與發燒.....	55
要不要打點滴.....	58
一感冒就看病可防止發燒嗎.....	61
預防針與發燒.....	64
燒退了還要吃藥嗎.....	68
不需服抗生素的小兒發燒疾病.....	73
不需服抗生素的小兒發燒.....	77
普通感冒與流行性感冒.....	85
嬰兒毛細支氣管炎.....	89
帶潰瘍或水泡的扁桃咽喉炎、口腔炎.....	92
急性哮喘式喉頭炎.....	95
喘性支氣管炎及支氣管氣喘（嘎嚕）.....	99
病毒性肺炎.....	

冬季流行病毒性腸炎·····	102
麻疹·····	105
德國麻疹「風疹」·····	113
水痘·····	116
玫瑰疹「幼兒急疹」及其他病毒疹·····	120
腮腺炎（豬頭皮）·····	125
乳幼兒夏季熱·····	128
需用抗生素的小兒發燒疾病·····	
急性扁桃咽喉炎及嬰兒鼻咽炎·····	135
急性會厭喉頭炎·····	142
急性中耳炎·····	145
細菌性肺炎·····	148
細菌性腸炎·····	152
泌尿道感染·····	155
結核病·····	159

認識正確的發燒觀念



小兒發燒是一件大事

若說單單一個小兒發燒問題，可以影響一個家庭、甚至影響社會經濟，有人一定認為是危言聳聽。事實是，在本港有孩子的家庭，小孩發燒是一件大事，也的確可以造成很多家庭及社會問題。這裏面包含了種種不正確的常識，以訛傳訛的古老錯誤觀念及處理方法；還有，大量進口的抗生素原料，在藥房及醫師診所被無謂的浪費掉等等問題。

由於一般人對發燒的基本觀念大多是錯誤的，造成本地人對發燒有超乎理性之外的「發燒恐懼感」。這種恐懼感——在國外並不明顯——使得一般家長在小孩發燒時，緊張萬分、疾如星火、心焦如焚，一刻都無法等待，大有救「燒」如救火之感。在深夜裏，多少年輕的父母抱著發燙的嬰兒，在街頭到處敲門求醫；多少家長徹夜不眠，深恐

一覺醒來，小寶寶會一命歸陰；還有人爲求快速退燒，毫無節制的一次又一次爲小孩灌下退燒藥，加上冰枕又加上退燒栓劑。小孩被帶著像逛百貨店一樣，一家診所看完不久又換一家，一天之內可以換上兩、三個不同醫師，大量退燒針、抗生素被重複使用；家裏已有堆積如小山的藥包，晚上小孩又被帶去大醫院急診，都只因爲燒未退。許多人爲了小孩發燒，折騰了幾天，第二天的上班工作都耽誤了。這些都影響了一個家庭的正常運行。

有的人一發燒就去藥房配藥，不論什麼原因，一律都配用抗生素。家長認爲燒退了就沒事，至於是什麼病，有沒有後遺症，倒是不管。

許多醫師晚上一再被發燒急診的小孩吵醒，難得安眠。由於小孩家長求癒心切，迫使醫師大量使用有副作用的退燒針以及大半不必使用的強力抗生素、點滴注射，以迎合病人、開闢財源、以確保無醫療糾紛之險。估計每年進口的抗生素，大約有半數都在不構，這應不爲過吧。

然則，發燒有沒有必要讓人這麼著急、這麼緊張？有沒有必要一再看醫師、使用大量的退燒藥、抗生素或打點滴？碰到發燒時要採取什麼態度？怎麼處理？……這都是做

家長的人很關心的。可以說，小兒發燒是一件大事。

從本文開始，將一系列介紹發燒的正確觀念。這些大部分都與老祖母的想法不同。目前，養育小寶寶以及小寶寶生病時的判斷、處理、建議，有一大半是操在老祖母或歐巴桑的手中，即使是年輕媽媽自己養孩子，也多半靠老祖母的「指導」、「遙控」，一代一代把錯誤的方法傳下去。而許多其他的醫學觀念也多是如此，有人常說：「聽人家說，某病不能吃什麼吃什麼……」。如果問他，這個「人家」有沒有包括「醫師」，被問的人都會瞠目以對。醫學如此深奧的東西，為什麼大家都不信任醫師，反而要聽老祖母、歐巴桑、左鄰右舍三姑六婆的話呢？發燒既然是一件大事，盼望看完這一系列的介紹之後，你會建立起正確的觀念，並且銘記，有關疾病的大小疑問，「請教醫師才是最好的方法」！

淺談體溫

人類是一種恆溫動物。由於體內化學作用會隨著溫度而改變，而適當的溫度才能維持正常的生理化學運轉作用，所以維持體溫在正常範圍內，是很重要的事。這個正常範圍，又非常狹窄，是故稍有增減，人便會感到不舒服，超出範圍太多，甚至有生命的危險。疾病也可造成溫度變化，尤其是溫度升高。所幸這種超出範圍的體溫，直接造成生命危險的情形並不多。

肌肉的運動，餵食後的同化作用、維持生命的過程，包括各種新陳代謝，能量製造、儲藏、排泄，都可產生「熱」。而身體的傳導、擴散、皮膚及呼吸道的水分蒸發、排便排尿，都可以失掉「熱」。產熱與失熱這兩種作用的平衡，可以決定一個人的體

溫。

正常人的口溫是攝氏三十七度（華氏九十八度六），但不是一成不變的。早晨六點時體溫最低，而黃昏時較高（這可以解釋一部分發燒在午後比較厲害）。百分之九十五的青少年甚至在早晨時，口溫可以高到三十六度三到三十七度一之間。某些人正常時溫度也比別人高些，但有些可能是甲狀腺有問題。

身體各部分的溫度也不一樣。由最低溫到最高溫依次是腳、手、皮膚（平均）、軀幹、頭，而肛門溫度最高。肛溫可說是體溫的「中心點」，比口溫高零點五度，受外界環境溫度影響最小。正常肛溫在一天之內可有兩次升降（差別大約在攝氏零點五到零點七度之間）。

小孩子的體溫調節比大人差，受外界影響也較大。正常時體溫可以比大人高半度。所以，小孩肛溫三十七到三十七度八也可以說是屬於正常範圍內，甚至三十八度有時也無甚意義。本省的古諺說：「囡仔人屁股三斗火」，倒有幾分真實。以發燒而言，許多成人燒到口溫三十八度左右就受不了，整個人要倒下去，而不少小孩肛溫到三十九度半還在到處亂跑。可以說，以程度而言，小孩的三十九度大約等於成人的三十八度。有些小孩發燒沒有馬上被大人發現，就是這個原因。

腦的「下視丘」前部控制「熱」的調節，後部操縱「冷」調節。前下視丘的「溫度敏感細胞」及表皮「溫度接受器」兩種「設備」，是傳送體溫調節中心最主要的「線路」。發燒主要是溫度調節中樞受了影響。許多退燒藥的作用原理，即是使「下視丘」增加「熱」的散發，末梢血管擴張、出汗，而使體溫下降，但對正常的體溫則無作用。

爲什麼會發燒

要談「發燒」這個既小又大的問題，首先應該大略了解小兒爲什麼會發燒。

簡單說，小兒發燒主要是因爲外來微生物侵入體內後，身體的一種反應。非感染性的發燒僅佔少部分。

前一篇淺談體溫問題中，曾經提到腦部控制體溫的「調節中樞」——下視丘部。這個中樞對小孩而言，等於是作戰傳達情報中心。

當有害的病原微生物（細菌、濾過性病毒、黴菌、少數寄生蟲）侵犯體內，免疫系統馬上起反應，準備抵抗這些「敵人」。人體最主要的兵力就是白血球。許多白血球平時堆積在周邊組織中，一旦動員就集合跑到血管，再衝向受侵害而發炎的器官。原來休

息閉合的很多小血管這時會紛紛開放，讓白血球通過、作戰、運送廢物。整個人體處於緊張的作戰狀態之中。

病原微生物會在體內產生一種毒素——熱原素，刺激了體溫調節中樞，就發起燒來。某些細菌毒素本身就有這作用，但大多可能是細菌毒素先作用於白血球上，再釋放出「熱原素」。假如病原體繼續在人體內肆虐，則熱原素就繼續產生，發燒也就持續不退。假如病原體與白血球作戰有勝有敗，或是已經使用藥物控制了部分，則發燒也就起伏起伏，時高時低了。

可以說，一定先有一個「原因」——主要是病原體感染了小孩，在體內經過一番大戰之後，製造了「熱原素」，才有發燒這回事。因此，發燒是病原體感染的最終結果。若說發燒本身會變成怎樣怎樣，都完全是倒因為果的想法。沒有「病」，怎麼會有「燒」呢？燒不退，僅僅表示疾病仍然在進行中，尚未受到控制。「燒太久」，決不會就變成了什麼「病」。

最常侵犯人體的病原體是細菌、濾過性病毒。病毒本身不帶「內毒素」，人體起反應時白血球數目一般也不太增加，為什麼也會燒，醫學上很難解釋。事實上，病毒造成的燒決不會比細菌感染為低，而在小兒感染中，引起發燒的，還是以濾過性病毒為主。