淺談小兒發燒

小兒部醫師　張家強

在家裡小孩子突然發燒，應怎麼辦？發燒是最常見的病徵，沒有人沒有發燒的經驗，尤其當小孩發燒時，發燒有沒有退是家長最關注的問題，往往以醫師的處方對於退燒的快慢來評量醫師醫術的好壞，我曾遇過一位家長在一天之內連跑三家醫院，只因發燒沒有退。大部份人對於發燒的意義模糊不清，認爲發燒會燒壞腦子，常常要求醫師打針退燒，令小孩子挨針受苦，甚至常常換醫院診所，醫師沒法掌握病情，以致廷誤病情。這些觀念是不對的，這些錯誤的觀念如不糾正，最大的受害者是台灣的小孩子。

發燒是正常對於病原的一種防禦機能，發燒能抑制微生物的繁殖及其毒素的釋放，加強身體對抗細菌的能力。人類是恆溫的動物，我們的體溫是由腦部下視丘的體溫調節中樞來管理，維持體溫在一定的範圍之內。但不是說我們的體溫從早到晚都不會變動，一般在早上體溫是最低，到了晚上體溫是最高，一天之內的溫差在0.5℃至1℃之間。正常小孩子體溫範圍在36.2℃至37.8℃肛溫。所謂發燒是指口溫高於37.3℃或肛溫高於37.9℃以上。

引起發燒的原因很多，最常見是感染症，如細菌、濾過性病毒、徵菌，其它如惡性腫瘤、內分泌疾病、預防接種、自體免疫疾病、脫水、藥物引起的過敏反應等。只要侵襲人體的病原被控制，發燒自然會消退，所以發燒是生病的結果，而非原因，所以要查明病因，對症下藥，而非一味盲目退燒。

5%至20%發燒的小孩都沒有特別的臨床症，但不要掉以輕心，根據統計在沒有治療的小孩裡，30%會惡化爲菌血症，5%爲變爲腦膜炎，所以應找小兒科醫師診察。但是在少於二個月的嬰兒發燒體溫超過38℃、或六個月大至二歲的幼兒發燒超過38.9℃及血液檢查白血球計量大於15,000MM^3，或持續發燒、體溫超過41.1℃以上，或鐮刀形貧血及胰腺切除的小孩，都應立刻找醫師診察，並需積極的治療。

確定小孩子發燒，一定要正確量體溫，最常用測量方法，有三種：肛溫、腋溫及口溫。肛溫是將溫度計大約插入肛門2.5cm，不要插太深，屁股要緊夾，溫度計量二分鐘，此方法常用於五歲以下小孩。腋溫是將溫度計於腋下夾緊四分鐘，常常用五歲以上小孩。口溫是將溫度計放於舌下三分鐘。口溫比腋溫高0.5℃，而肛溫又比口溫高0.5℃。目前在市面上溫度計大致上有二種，傳統的水銀溫度及電子式溫度計，此二種溫度計又可爲量肛溫用及口溫用。如用水銀溫度計要注意將水銀柱面甩到36℃以下，在運動後半小時內及進食後一小時內，都不宜量體溫。如有腹瀉者不宜量肛溫。

小孩發燒如何處理：帶病兒給醫師診療，並按時服用醫師的處方，萬一發燒不退，可以給予水枕，衣服儘量少穿，幫助散發身體的熱量，並且可用溫水拭浴，但不可以用酒精拭浴，因爲酒精會使肌肉顫抖，皮膚微血管收縮，體溫反而會上升。希望透過簡單的介紹，讓大家明白發燒只要查明病因，對症下藥，自然會藥到病除。