



兒童發熱的處理及注意事項

一般而言，發熱不會阻礙兒童腦部發展而影響他們的智能。以往有這樣的誤解是因為醫療知識尚未普及，市民未能了解發熱的原因。嬰幼兒控制體溫的穩定性不及成年人，所以輕度的病毒感染也可能引致兒童發熱，嚴重時體溫可升至40度。事實上，假如兒童發熱是由腦炎和腦膜炎等引起，會破壞腦細胞組織，阻礙他們的生長發育，影響兒童的智能或感官機能。兒童發熱時，家長不必過分憂心，應按照情況攜同病童求醫，並了解發熱的病因及其處理方法。



撰文：
香港大學李嘉誠醫學院
兒童及青少年學系
名譽臨床醫學助理教授
蔡迺舜醫生

傷風、感冒均可致兒童發熱

嬰幼兒的體溫比成年人稍高，嬰幼兒的肛溫大約在攝氏37.5度；而較大兒童的口溫大約攝氏37度。許多父母也發現嬰幼兒容易在夜間發熱，因為嬰幼兒體內的水份比成年人高；如果嬰幼兒水份不足，加上睡眠時穿衣過多及蓋著厚被，便會影響他們的散熱功能而發熱。

兒童發熱的原因眾多，他們可能是患上其他疾病而引起的，如傷風、感冒、中耳炎、鼻竇炎、喉嚨發炎、腦膜炎或手足口病等。

根據統計資料顯示，不論是甚麼原因引起的發熱，體溫通常不會超過攝氏41度；如果兒童的體溫這個溫度，他們有機會患上細菌性腦膜炎或敗血病，所以應多加注意及立即求醫，特別是初生兒和六個月以下嬰兒。

發熱時應替病童降低體溫

兒童發熱時，可能會沒精打采、食欲不振、煩躁及不停哭鬧等，因此病童應留在家中休息，並多喝開水、有充足的睡眠及保持室內空氣流通。此外，父母應替兒童降低體溫，如避免替兒童穿衣過多或蓋著厚棉被。

如果兒童的體溫仍然很高，父母可以用溫水替他們沐浴或抹身，此舉除了可有效地替他們降溫外，又可幫助兒童的皮膚血管擴張，加促血液循環，幫助散熱。但父母要切忌

使用冷水或加入酒精的水，雖然此舉能幫助兒童身體得到暫時涼快，但他們會出現顫抖及身體不適，無法為病童退熱。

退熱藥物的使用

不少家庭都會貯存退熱藥物，以備不時之需。使用退熱藥物時宜有正確觀念，才不會引起副作用等不良效果。退熱藥物有水劑、口服劑、塞劑和針劑。一般以水劑及口服劑較為普遍，幼兒服用後的效果理想，其副作用亦較少。醫生普遍建議兒童使用含撲熱息痛(paracetamol)的退熱藥。

使用此類藥物時，需注意用藥的分量，病童只需按照醫生處方或藥物說明書所建議的服量便可；千萬不要服用過多或增加服用次數，因為此舉不但沒有增強退熱的效用，而且病童可能因藥物血含量過高而導致肝衰竭。

另外，含阿士匹靈(aspirin)的藥物則不建議兒童使用，因為有些病童服用後，可能會出現雷氏症候群而導致腦部損傷，所以不宜使用。

用作退熱的塞劑是放入兒童的肛門，由直腸直接吸收。當兒童拒絕服用藥物時，父母可為子女使用塞劑以作退熱之用。但是，父母需注意其使用次數，過度使用塞劑可能會刺激肛門而造成腹瀉。

另外，有些兒童會接受退熱針，但此舉是最不安全的，可出現過敏及休克的情況，所以不宜採用。



兒童發熱時，家長不必過分憂心，應按照情況攜同病童求醫，並了解發熱的處理方法。

(Getty Images)

「發熱痙攣」及其處理方法

部分兒童在發熱時，可能會出現「發熱痙攣」。發熱痙攣是指發熱時所引起的抽搐，影響年齡介乎出生後6個月至5歲之間的兒童。這些兒童發育正常，與常人無異，但他們會在體溫突然迅速上升時出現抽搐和昏迷，抽搐維持15至20分鐘後會自行停止。由於患者的發病率並不高，且抽搐會自行停止，大部分病童不需要特別治療，他們的抽搐現象亦會在5歲之後逐漸消失。

本港每100名兒童中，便會有3人出現上述問題。任何病毒感染都有機會引起發熱痙攣，如兒童患上感冒，即病毒所引起的上呼吸道感染。

當兒童正在抽搐時，父母會非常緊張，認為他們的狀況

十分危險，但事實上並非如此。大部分發熱痙攣都不會導致生命受威脅，也不會對腦細胞造成任何傷害而留下後遺症，所以發熱痙攣可算是一種良性的臨床狀況。可是，若他們的抽搐時間長達半小時以上，又沒有適當的診治，他們可會因腦部長時間缺氧而影響日後身體活動能力，所以父母應多加留意。

此外，如果兒童出現抽搐的情況，父母必須立即將兒童身體維持側臥的姿勢，以免口腔的分泌物流入氣管，令兒童出現呼吸困難。若兒童抽搐時緊咬嘴巴與牙齒，父母不要嘗試用任何方法張開口部，而應靜待兒童停止抽搐。兒童約在1至2小時後會完全恢復清醒。

如果父母發現18個月或以

下的幼童發熱時出現抽搐，應在事後送病童入院檢查，由醫生診斷他們是否患有發熱痙攣，或是其他腦部疾病。

一般檢查包括：腦電波、腦脊髓液檢查、腦部影像掃描及血糖、血鈣與血中電解質等。

兒童若不幸確定患有發熱痙攣，父母應接受醫護人員的教導，了解發熱痙攣相關的護理知識及危急處理。經過訓練後，父母可按照他們抽搐的情況，而決定病童是否需要送院治理。如果兒童停止抽搐後，可在短時間內完全恢復，就不一定需要送院檢查；但如果抽搐維持超過20分鐘以上而沒有停止的現象；或是兒童抽搐後一直無法恢復正常，就必須盡快送院治理。