

# 發燒處理衛教單張

## 一、發燒的處理常規

36.0~37.℃（正常）

37.0~38.℃（微燒）：冰枕。

38.0~39.℃（中等燒）：冰枕及溫水擦拭浴。

39.℃以上（高燒）：冰枕及溫水拭浴並於醫師指示下給予退燒藥。

## 二、注意事項

### 1. 冷敷法

**冰枕：**

\* 冰枕內裝三分之二冰塊，加少許冷水。

\* 夾緊袋夾放入塑膠袋內，以乾毛巾包裹於枕後。

\* 檢測冰袋內冰塊隨時更換，約 2~3 小時更換一次。

\* 冰寶時必須使用毛巾先包裹再使用，每次使用時間為 15-20 分。

### 2. 環境及衣物的調節

合宜的室溫 22~27℃ 溼度 60%，必要時打開窗戶，促進空氣流通，保持安靜，減少噪音。寒顫發抖時，可先加被蓋保暖，寒顫停止持續高燒時，應慢慢移除被蓋，當衣物出汗潮濕時，隨時更換。

### 3. 水份的補充

多喝水---每日約 3000c.c，或經由點滴補充水份及電解質。

### 4. 保持清潔舒適

給予口腔護理，清潔口腔：可以漱口若當口唇乾裂時可擦甘油或脣膏，保持皮膚清潔及乾燥，勤換衣物，保持舒適。

### 5. 適當的臥位

使用枕頭被褥維持舒適臥位，協助更換姿勢，減少活動，減少體熱產生。

### 6. 洗澡或溫水拭浴

合宜水溫約 40.5~43℃，以毛巾沾溫水輕拍身體四肢、腋下等部位促進散熱。

### 7. 飲食攝取

低脂、低糖、高蛋白高維生素，易消化的食物，依病患的喜好，可引起食慾的食物皆可。

### 8. 隨時量體溫及注意體溫變化。