

儿童发烧

Simplified Chinese



儿童发烧(体温高)很常见。发烧是对很多疾病(最常见的是身体里有感染)的一种正常反应。发烧本身通常是无害的 – 事实上,它在帮助身体里的免疫系统抵抗感染。

尽管发烧让家长担心,但通常医生更关心的是发烧的起因,而不是孩子的体温。你应该监控深层疾病的症状,而不是发烧本身,这一点更重要。

发烧的迹象和症状

温度计显示体温超过38°C的话就表示孩子在发烧。

孩子还可能有以下表现:

- 不舒服,摸上去很热
- 烦躁或哭闹
- 比平时困倦
- 呕吐或拒绝喝东西
- 打冷战
- 感觉疼痛。

如果不到3个月大的婴儿体温超过38°C,你应该带孩子去看医生,即便他们没有其它症状。

量孩子的体温

有很多种方法你可以量孩子的体温,每种方法都不同,结果也会有差别,取决于你用哪一种温度计。这些方法包括:

- 红外线前额温度计
- 腋下或舌下插数字、水银或酒精温度计
- 耳朵(鼓膜)温度计
- 用在前额上的塑料贴条温度计(因不可靠,不推荐使用)。

有些温度计更适合特定的年龄组,因此你应该阅读和遵照厂家说明才能获得准确读数。你也可以请医生或药剂师教你如何使用温度计。一定要提前做好准备。

热痉挛

有些儿童发烧时会出现痉挛(抽搐),这叫热痉挛。孩子体温突然升高时会出现热痉挛。有时出现痉挛时家长并不知道孩子在发烧。热痉挛不常见,通常不会带来长期的健康影响。详见我们的资料单[热痉挛](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febrile_Convulsions)(rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febrile_Convulsions)。

在家如何照料

导致发烧的感染经常是由病毒引起,有时是由细菌引起。只有细菌感染才用抗生素治疗。病毒感染要常见得多,不需要用抗生素,抗生素治不了病毒。

降低孩子的体温无助于加快治愈深层的疾病。降低体温的唯一好处是能让你孩子觉得舒服些。

如果孩子看上去是好的、开心的,那就无需治发烧。如果孩子很烦躁,你可以采用一些措施来帮他们感觉舒服些:

- 频繁地给孩子少量补液。很多孩子发烧时拒绝吃东西,这不是问题,只要他们不脱水就行。
- 给不到6个月大的婴儿额外喂奶、喂配方奶或冷开水。
- 如果孩子因为发烧觉得烦躁或有其它症状(比如嗓子疼),给他们吃扑热息痛及/或布洛芬。小心按包装上的剂量说明使用。不要给不到3个月的婴儿或脱水孩子服用布洛芬。千万不要给孩子服用阿司匹林。详见我们的资料单[为儿童去痛](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children)(rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children)。
- 用海绵或面巾蘸稍微温一点的水擦孩子的前额,帮助他们降温。你这么做的時候務必不要让孩子觉得太冷或不舒服。不建议洗凉水澡。
- 给孩子穿衣服时要注意不能让他们觉得太热或太冷。如果孩子打冷颤,给他们加一层衣服或毯子,直到他们不觉得冷。

注意看孩子是否有病情加重的迹象。

什么时候去看医生

如果不到3个月大的婴儿体温超过38°C，或者孩子因为某种医学问题或治疗问题免疫功能下降而且体温超过38°C，你应该带孩子去看医生，即便他们没有其它症状。

对于其他孩子，如果体温超过38°C而且有以下任何症状，你就要带他们去看医生：

- 脖子僵硬或光线刺痛他们的眼睛
- 呕吐而且拒绝喝东西
- 起疹子
- 比平时困倦
- 呼吸有问题
- 用了止痛药后不见疼痛缓解。

如果他们有以下情况，你也要带孩子去看医生：

- 发烧40°C以上
- 发烧时间超过两天
- 看上去病情似乎加重
- 出现热痉挛。

重点记住

- 儿童发烧很常见。
- 孩子体温超过38°C时就是在发烧。
- 如果孩子看上去是好的、开心的，那就无需治发烧。
- **如果不到3个月大的孩子体温超过38°C，即便没有其它症状也要带他们去看医生。**
- 如果孩子看上去病情加重或体温超过40°C，带他们去看医生。

要了解更多信息

- 儿童健康信息：[热痉挛](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febrile_Convulsions) (rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Febrile_Convulsions)
- 儿童健康信息：[为儿童止痛—扑热息痛和布洛芬](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children) (rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Pain_relief_for_children)
- 育儿网：[量孩子的体温](http://raisingchildren.net.au/articles/taking_your_childs_temperature.html) (raisingchildren.net.au/articles/taking_your_childs_temperature.html)
- 去看医生或母婴健康护士



The Royal Children's Hospital编制，维州政府协助。rch.org.au/kidsinfo

2018年审定

儿童健康信息获The Royal Children's Hospital Foundation支持，
捐赠网址：rchfoundation.org.au。

免责声明

本资料不应替代医生或健康专业人员的建议。RCH已尽所有合理努力确保出版时本资料的准确性。RCH对本资料所列治疗方法的任何错误、造成的误解或成功把握不负任何责任。本资料会定期更新，请务必注意使用最新版本。