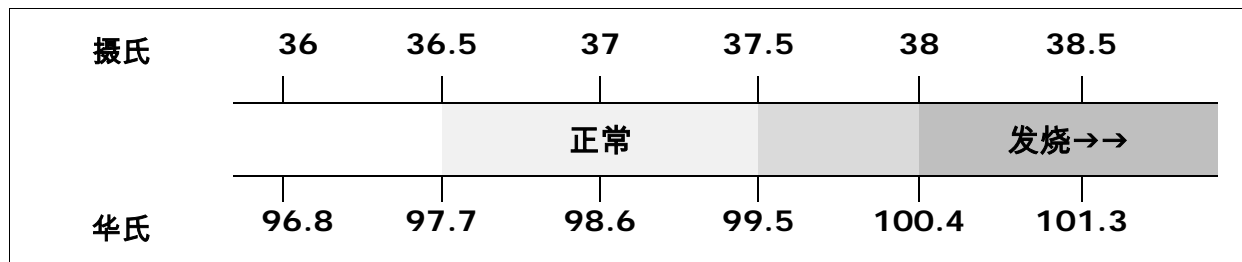


照顾发烧的儿童

(Caring for your child with a fever – Mandarin Translation)

什么是发烧？

- 正常的体温在摄氏37° (华氏98.6°) 左右。发烧意味着您孩子的体温高于正常的体温。
- 发烧时，体温通常高于38° C (100.4° F)。该数字略有不同，这取决于测量体温的部位是在孩子的口腔、腋下还是在他/她的肛门。
- 发烧是身体抵抗传染的方式。
- 发烧会使您孩子感到发热、不舒服或疼痛。
您孩子可能没有平常那么活跃。
- 有些发烧可持续2至3天时间，即使服用了退烧药。



如何测量我孩子的体温？

可采取3种方法测量孩子的体温：

- 舌下（口腔）
- 腋下（腋窝）
- 肛门（直肠）

耳朵和额头体温计可能不够准确，故
不推荐使用。



测量您孩子体温的合适方法取决于您孩子的年龄。

如果您不确定该怎么办，请在您离开急诊科之前，向您的护士询问。

摄入热的饮料之后、洗了热水澡之后、身处炎热的天气之中以及锻炼身体之时，您孩子的体温可能会升高。如果您认为这些因素正影响您孩子的体温，请待一个小时之后再测量体温。

我所听到有关发烧的传闻是否真实？

您所听到有关发烧的有些传闻是缺乏事实根据的。有关孩子发烧的真实情况如下：

 不正确	 正确
所有的发烧均不好。	<ul style="list-style-type: none">• 发烧是人体抵抗传染的方法。• 对于大于3个月的大多数孩子，发烧通常并不是有害的。如果是小于3个月的婴儿，应该立即去看医生。
发烧导致脑部损伤。	<ul style="list-style-type: none">• 由传染引起的发烧不会损伤脑部。• 高于42° C 的体温会导致脑部损伤。这种情况在中暑时可能会发生。

任何人可能会有发热性癫痫发作。	<ul style="list-style-type: none">只有极少数(仅 4%)的儿童出现因发烧而诱发的癫痫发作。
发热性癫痫发作是有害的。	<ul style="list-style-type: none">发热性癫痫发作通常在5分钟内终止并且通常来说不是有害的。
所有的发烧必须服用退烧药。	<ul style="list-style-type: none">只有感到不适的发烧才需要服用退烧药来降低体温。如果不给予治疗，因感染引起的发烧不会继续升高。体温将多半停留在39.4 至 40° C。
发烧必须接受抗生素的治疗。	<ul style="list-style-type: none">大多数的发烧不需要接受抗生素的治疗。抗生素无助于治疗因病毒而引起的疾病。抗生素仅用于治疗某些传染病。
退烧药会将发烧降至正常体温。	<ul style="list-style-type: none">退烧药可降低体温一度至两度。当药性消退之后，体温可能会回升。大多数发烧是病毒所引起的，并且能持续高达3天之久。当因病毒引起的疾病有所改善时，体温会下降并且回归正常。
“伤风宜吃，发烧宜饿”	<ul style="list-style-type: none">如果孩子发烧，请给您孩子额外的液体来补充因发汗而失去的液体，并且呼吸会比正常的时候更加急促。如果您的孩子饿了，请给他或她喜欢吃的食物。

我能为我的孩子做些什么？

给您的孩子很多液体或增加母乳喂养的次数。

- 可以补充因发汗所失去的液体。冰棍和冷饮对此会有帮助，但是您的孩子可以喝任何他或她喜欢的饮料，除非他或她出现呕吐或腹泻。如果您的孩子出现呕吐或腹泻，医生或护士会告诉您其它注意事项。

设法让您的孩子感到舒服。

- 如果您的孩子感觉寒冷或出现寒颤，盖上毛毯会有帮助。如果您的孩子感觉炎热和发汗，他或她可脱掉一些衣服。

服药降低发烧的体温。

- 您孩子可以服用醋氨酚(泰诺[®]或坦普拉[®])或布洛芬(雅维[®]或模特灵[®])。请您药剂师帮您选择对您孩子最佳的药品。严格遵照药瓶上的指示。药量(剂量)取决于您孩子的年龄和体重。
- 也可使用栓剂形式的醋氨酚(泰诺或坦普拉)。将这类药塞入您孩子的肛门(臀部，直肠)。如果您孩子感到恶心或呕吐，这不失为一种很好的办法。

什么时候我应该致电医生？

如果您发现以下任何症状，请致电您的家庭医生或儿科医生：

- 您的婴儿(小于三个月)有：
 - 腋下体温高于37.5°C (99.5°F)
 - 肛门体温高于37.5°C (99.5°F)
- 您的孩子(大于三个月)的体温高于40°C (104°F)

- 您孩子的脸色或举止看起来病得厉害 - 例如：非常疲惫或虚弱，不喝或难以唤醒。
- 您孩子的发烧持续时间长于3天。
- 您孩子在12个小时内尿布不湿或无小便。
- 您对您的孩子有某种担忧。

如果您无法与您家庭医生取得联系或您觉得您孩子的症状没有改善，请带您孩子去急诊科。

如果您孩子的脸色发青或停止呼吸，请拨打911。

您孩子的退烧药

在急诊科，您孩子服用的是_____ (药)。

您孩子最后一次服用此药的时间是_____ (时间)。

如果需要的话，下次服药的时间是_____ (时间)。