Chinese Simplified

急救服务 Emergency Services

儿童发烧 Fever in Children

发烧即体温的升高。它是人体对感染的一种正常和健康的反应。发烧有助于人体抵抗感染。

什么是正常体温？

正常体温为摄氏37°（华氏98.6°）左右。我们的体温通常在白天上升到摄氏37.6°（华氏99.6°）左右，在夜间降到摄氏36.3°（华氏97.4°）左右。

测量体温

儿童发烧时，身体通常摸上去比较热。要确定孩子是否发烧，可用体温计测一下孩子的体温。

最常见的测体温方法是腋窝测量和舌下测量。

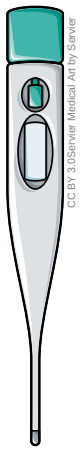
什么情况下使用腋窝测量：

- 适用于六岁或六岁以下的儿童
- 适用于舌下含不住体温计的儿童

什么情况下使用舌下测量：

- 适用于六岁以上的儿童
- 适用于可通过鼻腔自如呼吸的儿童

使用数字体温计



腋窝测量：

- 打开体温计开关。
- 让孩子坐在您的腿上。
- 脱去孩子外侧手臂的衣袖。
- 将体温计顶端放在孩子腋窝中心。
- 把这只手臂靠紧孩子的身体。
- 听到嘟嘟声后（通常为一分钟左右），可取出体温计。
- 读取温度读数。
- 用冷的肥皂水清洁体温计。冲洗干净。

舌下测量：

- 打开体温计开关。
- 将体温计顶端放在孩子舌下，至舌根，舌中间一侧即可。
- 让孩子合上嘴唇含住体温计。
- 听到嘟嘟声后（通常为一分钟左右），可取出体温计。
- 读取温度读数。
- 用冷的肥皂水清洁体温计。冲洗干净。

绝对不要使用玻璃制（水银）体温计。

如何护理发烧儿童

让孩子保持清凉但不冷。

- 让孩子穿轻便的衣服。脱下厚重的毛衣，除去毛毯。
- 将室内温度保持在摄氏21°（华氏70°）。
- 夏天用风扇使室内凉快。不要直接对着孩子吹冷风。
- 在孩子额头上放置一块凉布。
- 如果孩子开始打颤，请给孩子盖上东西。打颤增加体温。

保持孩子体内水分充足。

- 鼓励孩子喝清澈流质、果汁或姜汁汽水。
- 如果孩子是母乳喂哺，则继续用母乳喂哺。
- 稍大的儿童也可以吃清澈的果冻甜点和冰棒。

服用退烧药

仅服用标明婴儿和儿童专用的药品。

给孩子服用:

- 对乙酰氨基酚（Tylenol、Tempra、药店品牌和其他品牌），或者
- 布洛芬（Advil、Motrin、药店品牌和其他品牌)

绝对不要给孩子服用阿司匹林（**乙酰水杨酸或ASA**），或任何含有ASA的药物。

如果孩子三个月大或更小，而且体温达到摄氏38°（华氏100°）或更高：

- 请立刻致电您的家庭医生。
- 在获得医生许可之前，**不要**给孩子服用任何药物。

如果联系不到家庭医生，请就近急诊就医。

如果孩子**超过**三个月大，而且体温达到摄氏38.5°（华氏101.3°）或更高，您可以直接给孩子服用布洛芬或对乙酰氨基酚。

日期：_____

孩子服药的正确剂量根据孩子的体重而定。

孩子的体重/Your child weighs: _____

孩子用药的正确剂量
The correct dose for your child

如果服用对乙酰氨基酚/acetaminophen:

_____

孩子发烧期间每四小时用药一次

如果服用布洛芬/ibuprofen: _____

孩子发烧期间每六小时用药一次

如出现以下状况，请就近急诊就医：

- ☐ 孩子呼吸困难。
- ☐ 孩子出现癫痫发作。
- ☐ 孩子抱怨脖子僵硬、酸痛。

要了解更多信息：

- 可咨询您的家庭医生。
- 可拨打1-800-314-0999致电菲莎卫生局虚拟医护团队，或登录以下网址在线咨询：fraserhealth.ca/virtualcare（每天上午10:00至晚上10:00）
- 无论日夜，可随时致电8-1-1（聋哑人士专线7-1-1）或上网浏览HealthLinkBC.ca。
- 浏览网站fever.trekk.ca，或扫描此二维码登录该网站。

本文中的信息只限于已从医护团队获得这些信息的人士使用。

Catalogue #262112 (August 2023) Chinese Simplified
For more copies: patienteduc.fraserhealth.ca