

蘭嶼鄉衛生所-發燒衛教單

※何謂發燒？

- ✓ 發燒的定義為人體生病引起的發炎反應使身體內部的中心體溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$
- ✓ 適度發燒可以提升免疫系統的效能，有研究顯示退燒藥會壓抑免疫反應，反而可能延緩疾病的康復。

※退燒的時機？

- ✓ 如果體溫沒有太高也沒有引起特殊不舒服，並不需要積極退燒，尤其體溫沒超過 39°C 的時候。
- ✓ 各種退燒藥的效果都只能維持幾個小時，其目的在帶給短暫的舒適。如果疾病的過程還沒結束，退燒以後又燒起來是很常見的事情。
- ✓ 返家必須注意有無下列的危險病徵，並持續遵從醫囑追蹤治療。

在家若出現以下之症狀，應緊急就醫！

- ✧ 哭泣時沒有眼淚、尿量大幅減少
- ✧ 無法進食/喝水或服藥
- ✧ 意識不清、持續昏睡、眼神呆滯
- ✧ 痙攣、肌抽躍、肢體麻痺、感覺異常
- ✧ 持續頭痛與嘔吐
- ✧ 呼吸急促、呼吸困難、吸氣時胸壁凹陷
- ✧ 皮膚/嘴唇或指甲床發青

臺東縣蘭嶼鄉衛生所關心您 健康平安！