正確使用退燒藥

小兒發燒常是身體受到感染的警訊，反應身體的免疫系統正對抗著細菌或病毒，體溫上升可讓免疫系統更活躍。發燒時小兒常會不舒服，使用退燒藥可減少不舒服的感覺。很多家長一發現小兒發燒就急著給退燒藥，有時會過度給藥，燒雖然退了，但也造成小兒身體的負擔。因此正確使用退燒藥在照顧發燒的兒童是非常重要的。本篇衛教教材將介紹：

- 什麼時候用退燒藥？
- 常見的退燒藥
- 退燒藥物的迷思
- 其他退燒的方法

什麼時候用退燒藥?

體溫超過 38 度 C 就是發燒了，通常輕度的發燒小朋友沒有不舒服並不需急著給退燒藥。一般到 39 度較高的體溫，小朋友會不舒服，我們可給退燒藥。如果小朋友曾經發燒抽筋過，則可能不到 38 度就可先給了，可依醫師的指示給予。

常見的退燒藥

anti-phen 安佳熱

作用：退燒、止痛。

注意事項：

1. 4-6 小時可使用一次。
2. 如果吃下去沒多久又發燒了，需與另一種退燒藥依普芬或肛門塞劑間隔 1 小時以上，才可使用。

記得：兩種不同的退燒藥至少要間隔 1 小時喔！

Ibuprofen 依普芬

作用：退燒，消炎止痛

注意事項：

1.6-8 可小時使用一次

2. 依普芬藥水與塞劑作用相同的，請擇一使用。

Voren　非炎塞劑

作用：退燒，消炎止痛

注意事項：

1. 腹瀉病人應使用避免使用肛門塞劑，可改使用藥理作用相同的依普芬藥水。

2. 6-8 可小時使用一次

3. 冷藏保存，使用前可使用凡士林或嬰兒油潤滑塞劑前端。

退燒藥物的迷思

發燒一定要使用退燒藥物嗎？

- 先觀察發燒的孩童狀態，給予適當措施，孩童可能會自己退燒喔！
- 如果其四肢冰涼又猛打寒顫，則表示需要產熱，所以要增加毛毯覆蓋。如果四肢及手腳溫熱且全身出汗，則表示需要散熱，可以少穿點衣物。亦可以使用空調或是電風扇幫助室內環境保持通風，協助慢慢降溫。

退燒藥吃完就不會再發燒了？

- 使用退燒藥後，體溫都會有暫時降溫。但是藥效消失後，又會開始發燒，這是因為疾病的因素還存在著的緣故。
- 發燒都要持續三至五天左右，甚至更長至兩個星期，這要看疾病菌種及個人的免疫抵抗力而定。
- 退燒藥千萬不可多服幾次或自行增加劑量，以加強退燒的效果，切記任何藥物吃多了即會產生毒性。

其他退燒的方法

藥已經按時吃了，但孩童還是沒有明顯退燒，這個時候你可以：

1. **全身溫水拭浴**：可使寶寶皮膚的血管擴張將體氣散出，另外水氣由體表蒸發時，也會吸收體熱。

- ✓ 注意：勿用冷水或酒精來拭浴，以免在短時間內快降溫。因為燙熱的皮膚突然碰到冷水，寶寶的反應會劇烈，可能會抽搐。同理亦不宜於幼兒使用冰枕，易導致局部過冷或體溫過低。

2. 多喝水：以助排汗，並可使體溫下降及補充體內的失水份。

複習一下

問題 1 ：發燒一定要使用退燒藥嗎？

問題 2 ：兩種退燒藥物使用至少間隔多久？

問題 3 ：腹瀉時可以使用塞劑退燒藥物嗎 (塞劑退燒藥) ？

問題 4 ：安佳熱藥水及普拿疼錠劑使用時間為 4-6 小時一次嗎？

問題 5 ：塞劑退燒藥物 及水劑退燒藥物使用時間為 6-8 小時一次嗎？

結語

正確使用退燒藥，在小朋友發燒的過程，可以促進舒適感，千萬不要因為父母不當的使用而傷害小朋友的身體健康。

正確解答

問題 1 ： X　問題 2 ： 1 小時　問題 3 ： X　問題 4 ： O　問題 5 ： O