



## 急診發燒病人自我照顧護理指導

1999.12 制定  
2020.04 修訂  
2023.01 審閱

發燒定義為身體內部的中心體溫  $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ，發燒的原因有很多，最常見的有感染、發炎、藥物或疾病。就醫的目地為找出發燒的原因，應避免自行服用退燒藥。

發燒三階段：第一階段「發冷期」，體溫中樞溫度持續上升，手腳冰冷，甚至出現發抖來產熱。此階段應以保暖為主，不建議進行物理性降溫(如：睡冰枕)，否則可能延長發冷期。第二階段「發熱期」，全身逐漸溫熱，可能會伴隨呼吸心跳變快、倦怠等症狀。此階段應適時補充水分，可給予物理性降溫，如溫水擦拭。第三階段「散熱期」，開始流汗，體溫逐漸下降，活動力恢復。此階段應適時補充水分，提供飲食補充營養及熱量，適當的保暖、擦汗或替換乾爽的衣服。

發燒照護：

1. 返家後請依醫師指示按時服藥、返診，並早晚監測體溫，以提供醫師做為診治參考。
2. 若無特殊禁忌，請多喝水（成人約 2500~3000 cc/天）。
3. 若有高燒持續不退、意識改變或發生痙攣、嚴重咳嗽及胸痛，請立即返院。
4. 若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務。

諮詢電話 台北25433535 轉3126；淡水28094661 轉2662

祝您 平安健康 馬偕紀念醫院急診室

---

項目：急診發燒病人自我照顧護理指導

簽名：

關係：

日期：