



关于孩子发烧你需要知道的一些问题

1

发烧是怎么回事？

●●●

发烧是身体应对疾病的防御性反应，是一种症状，而不是一种疾病。对于儿童，有很多疾病都可以引起发烧。

人体发烧一般有3个阶段：
1、体温上升期，身体的产热高于散热，容易出现畏寒、打寒战等症状；
2、体温平稳期，产热与散热在较高水平上趋于平衡，寒战减少，可能出现头痛、恶心、呕吐、乏力等症状；
3、体温下降期，散热高于产热，体温逐渐下降。

2

孩子烧到多少度，需要使用退烧药？

●●●

一般建议孩子体温超过38.5℃，就可以使用退烧药。
观察孩子的精神状态以及孩子的自觉症状同样重要。如果孩子体温不到38.5℃，但已经出现了精神不振、打蔫、肌肉酸痛等表现，就可以给孩子使用退烧药。当孩子体温超过38.5℃，但精神状态依然很好，没有任何不适，可以考虑暂时不服用退烧药。

3

该如何选择退烧药？

●●●

6个月以上的孩子：
可以选择布洛芬或者对乙酰氨基酚，二者任选其一即可。

2-6个月的孩子：
只能选择对乙酰氨基酚。

3个月以下的婴幼儿，
发热后应及时就医。

4

使用退烧药时，有哪些注意事项？

●●●

不能同时服用两种退烧药；也不建议两种退烧药交替使用。
家长为孩子选择退烧药时，既要选择适合年龄的药物，也要认真阅读说明书，严格按照说明书的要求去给孩子服用，注意剂量和时间间隔，切记不能因为孩子不退热，而超过规范用法用量给孩子服用。
如果同时给孩子服用复方感冒制剂，一定要阅读药物成分表，避免与正在使用的其他药物如退烧药等成分重复，如有重复请慎用，以免药物过量。同类的中成药服用一种即可，不建议两种及以上同时服用。

5

烧得越厉害，病情越严重吗？

●●●

6

吃了一种退烧药没有退烧，为什么不能交替或同时服用两种退烧药？

●●●

退烧药不是吃了立刻就能退热。一般吃药后半小时到1小时开始起效，3-4小时才能达到最佳的退热效果。
使用退烧药时，可以每4-6小时服用一次，一天不超过4次，但并不是对乙酰氨基酚和布洛芬各4次。
同时使用这两种退烧药，可能造成孩子肝肾损伤；交替使用时，并不会增加其退热效应，且服药时也容易搞混时间造成用药过量。

7

退热栓和口服退烧药有什么区别？如何选择？

●●●

两类药物的主要退热成分都是一致的，区别主要是在给药方式上。退热栓是肛用，一般情况下，适用那些不能经口服用药的孩子。

8

高烧会不会把孩子的脑子烧坏了？

●●●

一般情况下，发热本身是不会烧坏脑子的。在儿童中，有相当比例的发热是感染所引起的。如果因为发热被烧“傻”了，可能是脑炎或者其他严重疾病所导致的。
当然，如果体温持续超过41℃，也就是我们说的持续“超高热”时，应警惕造成脑损伤，必须及时就医。

9

孩子发生热性惊厥该怎么办？

●●●

热性惊厥以6个月龄到5岁的儿童较为多见。热性惊厥多在儿童发烧的第一个24小时内发生，发病时，儿童的体温常常超过38.5℃。发作表现通常是两只眼睛上翻、四肢僵硬或抖动、口唇发绀、牙关紧闭，叫他一般没有反应。
如果发现孩子出现高热惊厥，正确的做法是：将孩子放在平坦、不易受伤的地板或者床上。周围不要有尖锐的东西，要防止孩子在抽风发作的时候发生跌落而造成继发伤害；松开孩子的衣领，保持呼吸道通畅；让孩子的头部偏向右侧，或让孩子保持右侧卧位。如果孩子的口鼻有分泌物，及时擦拭掉。
“四个不要”：1、不要往孩子嘴里塞任何东西，包括勺子、筷子、大人的手指头，容易对孩子损伤。2、在抽搐发作期间，不要喂食任何东西，药、水都不行。3、不要试图束缚孩子的肢体，以免造成孩子的肢体损伤。4、不推荐掐人中，目前没有证据表明掐人中能缓解热性惊厥有帮助，反而可能因为家长紧张而用力过大造成孩子局部损伤。
目前没有证据表明提前服用退烧药，对热性惊厥史的孩子有预防作用。

10

出现高热惊厥，需要立即送医吗？会有后遗症吗？

●●●

要把握好送医院的时间。大多数的儿童热性惊厥发作时间较短，常常在3至5分钟后停止，一般不超过15分钟。可以在孩子惊厥停止后，再送去医院。如果孩子以前发生过惊厥持续状态，或者本次惊厥时间超过5分钟还没有停止，那孩子自行停止的可能性较小，此时应立即前往医院。
病毒感染是热性惊厥的最常见诱因。单纯的热性惊厥一般不会引起孩子神经系统的后遗症，其今后的认知和行为发育跟同龄儿童比，也不会有明显差异。

11

小婴儿可以选择的退烧药有限，能不能用捂汗的方式帮助他们退烧？

●●●

不能。
6个月以下的小婴儿体温中枢发育不完善，主要依靠皮肤散热，因此不能用成人的方法对孩子进行捂汗退热，捂太多，无法经皮肤散热，体温可能会越来越高，甚至40℃以上，部分还可能发生捂热综合征，存在致命风险。
孩子发热时，家长要尽量给孩子创造一个相对凉爽、通风的环境，注意适当减少衣物，以孩子舒适为宜。

12

发烧到什么程度，需要去医院？

●●●

三个月以下的孩子只要发热，就建议及时就医。各年龄段的孩子只要连续发热超过3天，应及时就诊。
判断孩子是否需要立即就医，最简单的方式是观察孩子的精神状态。比如孩子出现发烧、咳嗽后，但精神状态特别好，不影响日常生活，那么就可以在家对症治疗，并观察病情。如果孩子精神状态特别差，总是打蔫，想睡觉，体温下降了仍然精神不好，此时应立即就医。
如果孩子年龄较小，精神差可能不容易被发现，此时家长如发现孩子有呻吟或脸色不好、脸色苍白、吐奶、纳奶减少甚至拒奶等情况，要及时到医院就诊。

13

能用凉水或者酒精，给孩子擦擦身体来降温吗？

●●●

这属于物理降温，可能会增加孩子的不适感，所以不常规推荐。尤其用凉水擦拭可能让孩子的主观感受更难受，而且冷水擦拭也不利于退热。也不建议常规温水擦拭，以免增加孩子的不适感，除非孩子主动要求且耐受这种方式，温水澡同理。
另外，不要给孩子擦浴酒精，因为酒精会通过皮肤吸收，可能给孩子造成损伤。物理降温通常用于紧急状态下需要快速降温时，例如发生热射病时。
如果发现孩子手脚凉，可以帮孩子搓暖或用毛巾包起来，帮助血管扩张，有利于散热。