

不能不認識的兒童病系列

發燒



香港大學李嘉誠醫學院
兒童及青少年科學系

前言



「不能不認識的兒童病系列」叢書自八年前推出首本有關濕疹病護理書籍後，一直深受家長及普羅大眾的支持，本季度我們推出的小書則以廣為人知的「發熱」為題，希望有興趣的讀者及家長，可以從書中的講解，釋出心中對小兒發熱的一些疑慮和不解。

隨著一般市民的教育水平提高，網絡知識唾手可得，家長對發熱（廣府話為「發燒」）的認識，已不再局限於傳統的觀念：例如，發燒可以「燒壞腦」，或對發燒只看成為一般的疾病來處理。事實上，發燒只是一種早期的臨床表徵，若此徵狀持續，病童便需及早進行較全面的檢查，以便儘快找出確實的病因。我們希望透過輕鬆的筆觸，生動的描述，化繁為簡，讓讀者獲取更正確的醫學知識，從而減輕父母及相關人士在照顧病童時所產生的不必要壓力，讓患童及早接受適當的治療。

本人在此感謝多位參與撰寫本書的醫護同僚，以精短的篇幅，涵蓋發熱這個複雜的議題；以及各創作出版單位，一如以往，在編印過程中，給予本部最寶貴的專業意見。

陳志峰教授

香港大學曹延洲基金教授

香港大學李嘉誠醫學院兒童及青少年科學系系主任

瑪麗醫院兒童及青少年科部門主管

香港大學深圳醫院兒科部門主管

序：正確處理，不容忽視



發燒是兒童常見的病徵之一，成因眾多，可大可小，正確的處理不容忽視。

面對稚子發燒，父母會有不同程度的揪心、焦慮和手足無措之感。尋醫問藥是自然不過之事，湧現急症室也是等閒。那怕是久經訓練的醫療人員包括本人，面對自己孩子發高燒時，也有莫名的懼怕。

坊間對發燒的應對有不少謬誤，雜誌報紙的概述仍嫌未夠全面。雖市場上相類似的健康讀物也有一些，但本書的出版有其時代性和絕對價值。

本書資料最新、內容全面、深入淺出地介紹發燒病理成因、家居處理、臨床經驗。並探討了一些較少見而以發燒為主徵的兒科病。用字淺白、插畫有趣、排版精巧、製作精美。適合全家大小一起閱讀。

我認同和感謝作者們的努力，並熱切地推薦本書給社會大眾。祝讀者閱讀愉快、身心健康！

何學工醫生

港島西聯網醫院質素及安全服務總監

02 前言

04 序：正確處理，不容忽視

12 一家六口，四個發燒

15 (一) 常見又令人擔心——發燒

20 究竟發燒應該緊張？還是不應該緊張？

22 (二) 什麼是發燒？多少度是高燒？

28 多少度是發燒？多少度是高燒？

30 燒不起、低溫

34 為何兩隻耳朵溫度不同？

36 (三) 您懂不懂探熱？

38 電子探熱針腋探

40 電子探熱針肛探

42 電子探熱針口探

43 耳道探熱器耳探

45 紅外線探測器

48 今天早上還好好的，為何會發燒？

50 (四) 為何會發燒？

52 不同的發燒原因

55 反覆、持續發燒

62 肚子痛，究竟哪裡有事？

64 (五) 特殊或嚴重疾病引起的發燒

65 川崎病

67 旅行感染傳染病

68 症狀隱藏疾病

69 肺結核病

71 炎症或自身免疫系統疾病

72 癌變

76 要去看醫生嗎？

78 (六) 孩子發燒，可以做什麼？

86 看見有獅子，有老虎

88 (七) 發燒會燒壞腦嗎？

90 如何幫孩子減熱？

94 孩子發燒抽筋、反白眼

96 (八) 發燒抽筋及出疹

98 家長該做些什麼？

99 需要看醫生、服藥嗎？

100 會引致腦癇嗎？

100 發燒出疹

104 阿女吃藥後仍發燒，轉醫生！

106 (九) 正確認識抗生素

106 細菌感染藥物——抗生素

107 抗流感藥物——特敏福

111 不正確使用，產生抗藥性

- 112 什麼是「抗藥性」？
- 113 抗藥性是可以人傳人的！
- 114 談談退燒藥 ≠ 抗生素

120 接種疫苗？不接種？接種？不接種？

122 (十) 進一步談「流行性感感冒疫苗」

- 124 認識疫苗
- 126 流感病毒與疫苗
- 129 接種後會「惹」流感
- 130 罕見、未確證直接有關的反應
- 131 每年接種
- 132 「流感針無用」的謬誤
- 134 接種的年齡及方法
- 135 保護效用很大，預防的最有效方法
- 137 流感高危人士
- 139 孕婦及過敏反應人士

發燒

發燒，是十分常見的現象。

相信，小朋友在成長的過程之中，都有經歷過發燒。甚至，每個人都曾經歷過。

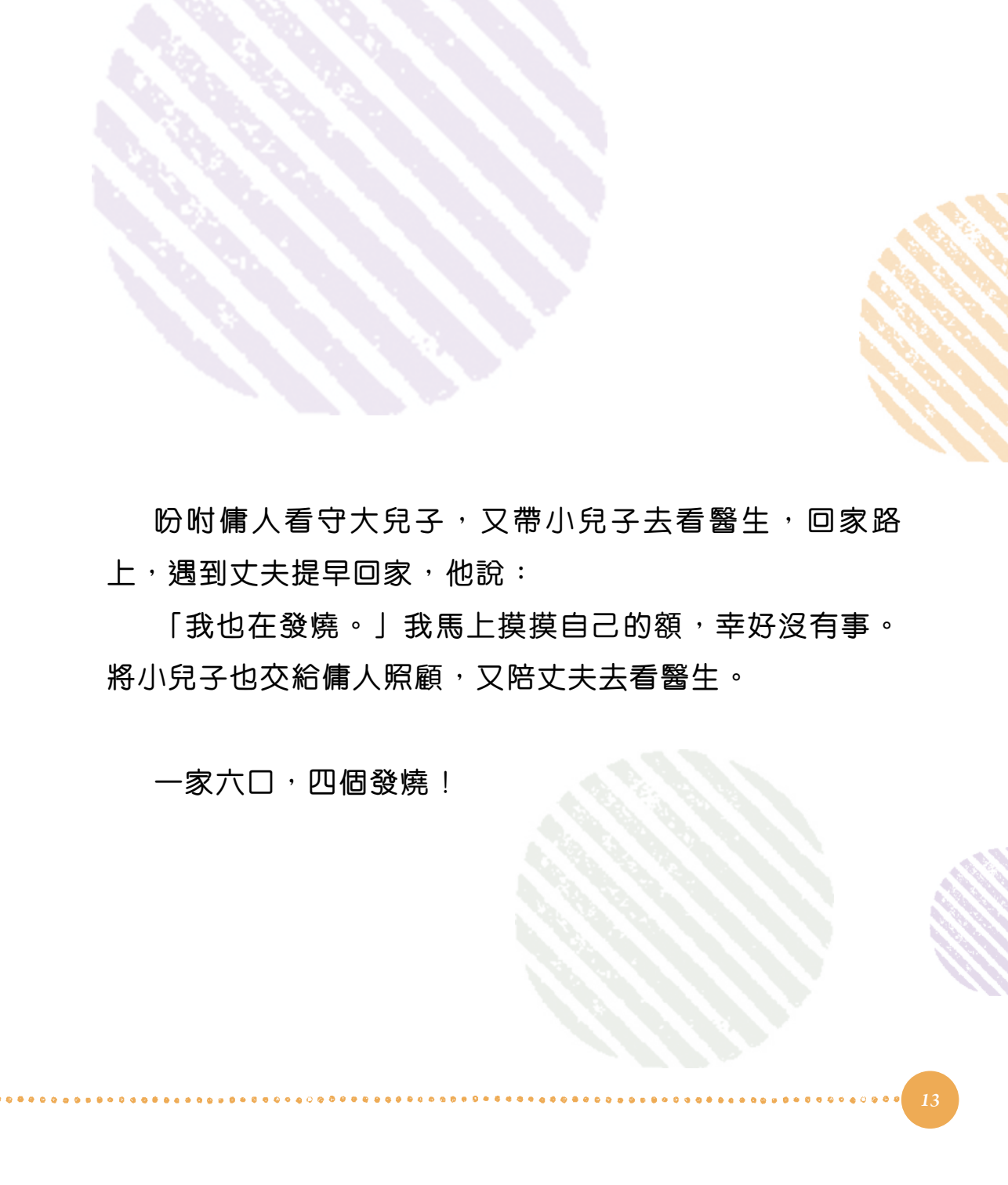
這樣常見的「病」，為什麼要談？
因為，孩子發燒，家長都會很擔心。

而這些擔心，往往是建基於家長對發燒的：

★誤解

★缺乏深入瞭解

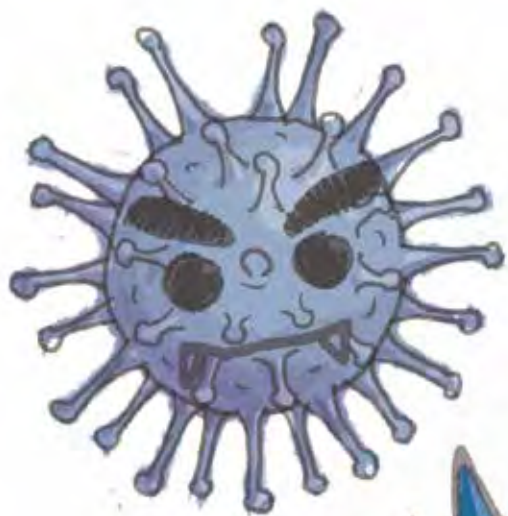
這本書會帶給大家正確的訊息。



吩咐傭人看守大兒子，又帶小兒子去看醫生，回家路上，遇到丈夫提早回家，他說：

「我也在發燒。」我馬上摸摸自己的額，幸好沒有事。將小兒子也交給傭人照顧，又陪丈夫去看醫生。

一家六口，四個發燒！



(一) 常見又令人擔心—— 發燒



發燒，是一種疾病的表徵，一種現象。

人為何會發燒？

是身體有不好的「敵人」入侵。最常見和普遍的，是感染了：

- ★ 細菌
- ★ 病毒

令身體產生發燒的現象：

將體溫調高，變成不太適合細菌和病毒等生長的環境。



發燒是身體有不妥的地方時，發出的訊號。從這個角度看，發燒是有保護作用的，所以，發燒：

1. 不一定對人體有害。
2. 是身體對外來的入侵者，作出適當的反應，發出的訊號。
3. 是很重要的訊號，令我們知道要處理和醫治；小朋友發燒，有很多不同的成因。



要清楚瞭解，導致發燒的背後原因，才確
知可以如何處理。更重要的是：



- ★ 家長對發燒要有正確的認識，知道如何適當使用藥物。
- ★ 不要受一些謬誤影響。
- ★ 在小朋友發燒時，要瞭解：
 - 應該不需太擔心；
 - 要盡快看醫生和用藥。
- ★ 知道在家中可以如何幫到孩子【參考 P.78「孩子發燒，可以做什麼？」】





究竟發燒應該緊張？ 還是不應該緊張？



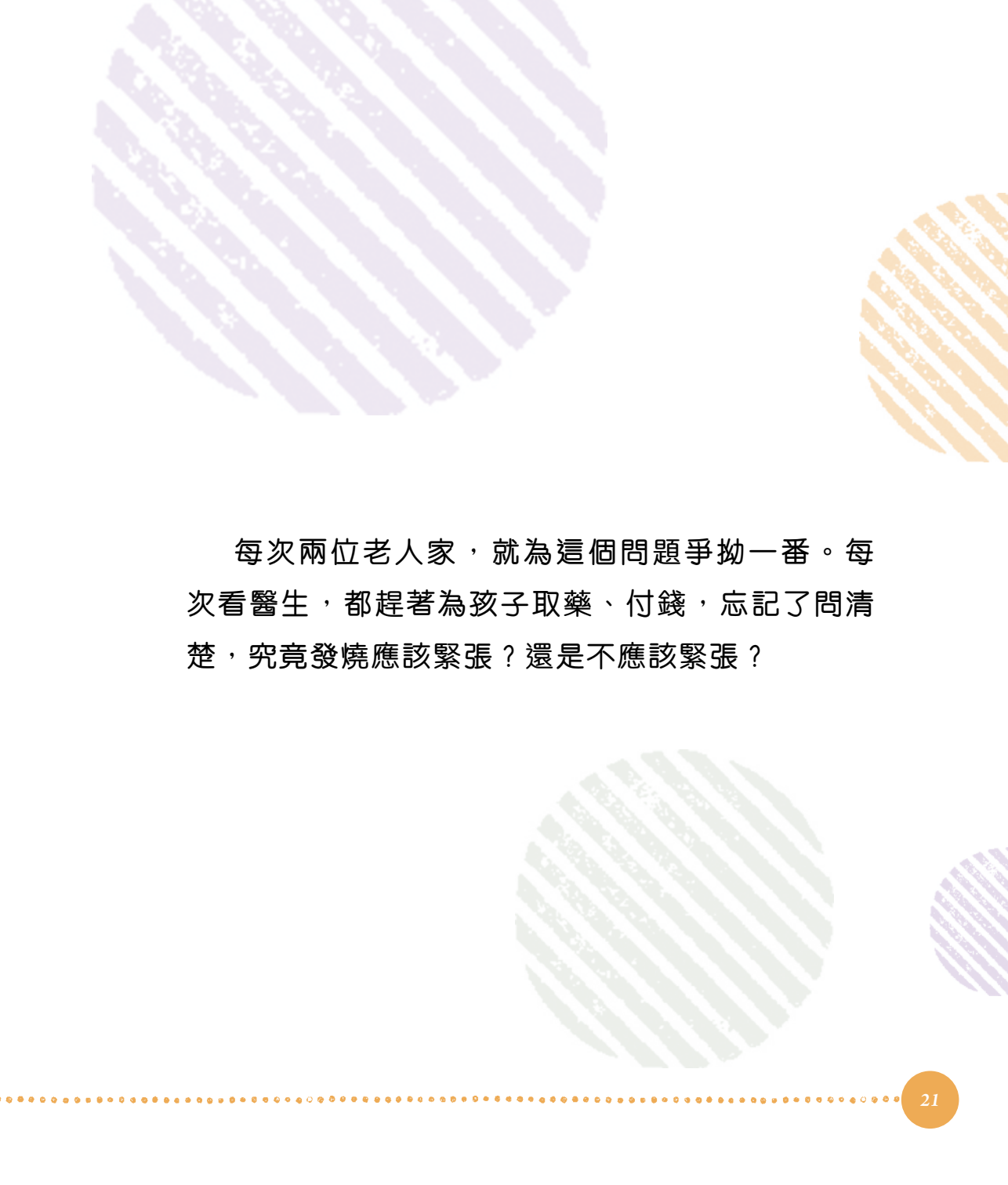
寶寶不足兩歲，已經發燒三次，都是半夜發燒的。最高燒的一次，是39.9度，丈夫和我，每次都很緊張地，趕快抱他到急症室看醫生。

爺爺每次都說：

「發燒不用緊張，燒要發出來，發了出來就好了。」

婆婆則說：

「發燒會燒壞腦，馬上要退燒。」



每次兩位老人家，就為這個問題爭拗一番。每次看醫生，都趕著為孩子取藥、付錢，忘記了問清楚，究竟發燒應該緊張？還是不應該緊張？

(二) 什麼是發燒？ 多少度是高燒？


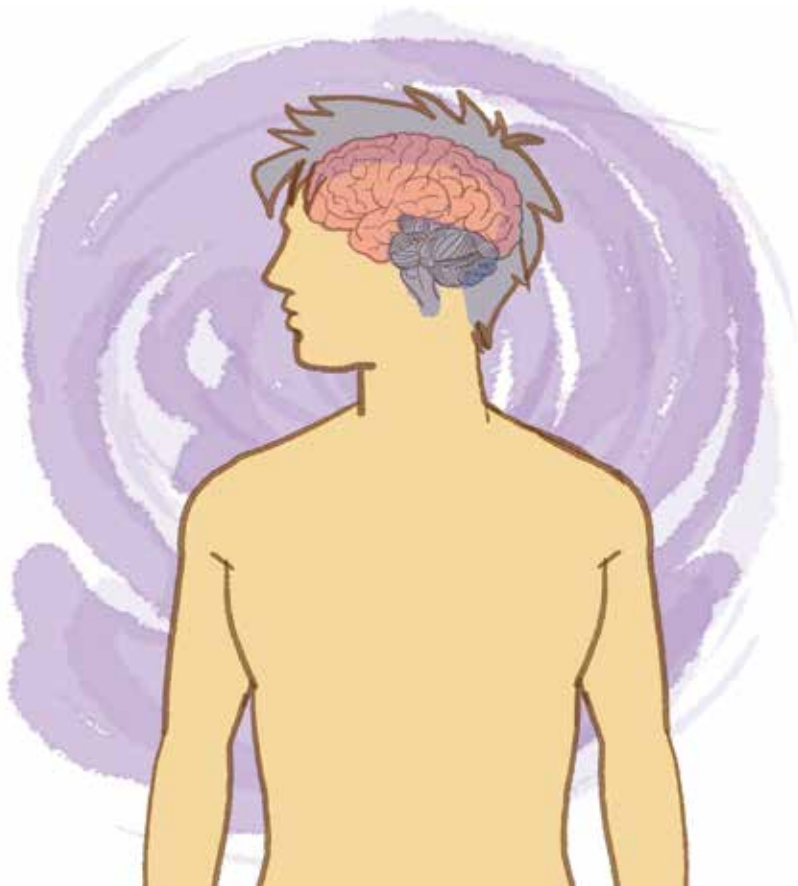


什麼是發燒？

瞭解什麼是發燒之前，先要瞭解，身體是一個非常精妙的系統。在醫學上，稱為體內平衡（Homeostasis）。



1. 大自然「設計」人體時，很奇妙地，已經在腦幹裡，設置了非常精密的系統。
2. 每天日常生活，腦幹就自然而然地運作，因應身體和環境不同需求，作出調節，包括體溫、心跳、呼吸等等，令身體的各種細胞，或多或少地，懂得自我調節，以令在適當的情況下「工作」，滿足身體的需求：



★ 譬如運動時，身體需要較大的新陳代謝機能，就會自動調節心跳的速度、呼吸的快慢。



- ★ 在生活裡，不論睡覺、起床，對身體的需求，都是很不同的，腦幹便擔起了重要的角色，探測不同的時間、環境，令身體懂得作出不同的調節。
- ★ 人的體溫，會隨著不同的環境，不斷改變。很簡單的例子，是睡覺時，就是整天體溫最低的時間；起床了，到了下午，差不多是體溫升到最高時，體溫會有正負半度的差別，是正常的身體活動變化。



發燒，其實是腦幹探測到身體有特別的需要，於是提高新陳代謝率，應付身體的需要。

常見的，就是身體遇到感染：

或者感冒；

或者肺炎等等……

腦幹就會知道，身體已經有細菌入侵血液，或者入侵黏膜、肺部，將會打一場硬仗，就會啟動精妙的探測系統，運用機制，「叫」齊「弟兄姊妹」來幫助。



不能不認識的兒童病系列

發燒

Fever

本書所提供的資訊只供參考，
如有問題須及早向醫生求診。

上架建議：(1)醫藥衛生 (2)生活百科

作者

香港大學李嘉誠醫學院
兒童及青少年科學系編輯委員會

統籌

活力傳播公司

撰文

劉潔芬

編輯

劉潔芬 吳春暉

美術設計

李素嫻

排版

劉葉青

封面插畫繪圖

詹淦焜

出版者

知出版社

香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心1305室

電話：2564 7511

傳真：2565 5539

電郵：info@wanlibk.com

網址：http://www.wanlibk.com

http://www.facebook.com/wanlibk

發行者

香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路36號

中華商務印刷大廈3字樓

電話：(852) 2150 2100

傳真：(852) 2407 3062

電郵：info@suplogistics.com.hk

承印者

中華商務彩色印刷有限公司

香港新界大埔汀麗路36號

出版日期

二零一七年五月第一次印刷

版權所有 · 不准翻印

Copyright © 2017 Wan Li Book Co. Ltd. Published
in Hong Kong by Cognizance Publishing, a
division of Wan Li Book Company Limited.

ISBN 978-962-14-6375-3



知出版社
COGNIZANCE PUBLISHING