

3. 將冰枕平放後，緩緩將空氣排出。



4. 袋口夾緊。



5. 將冰枕倒拿，檢視是否漏水。



6. 套上塑膠袋再用乾毛巾包裹，置於後枕部。



七、使用冰枕注意事項

1. 隨時檢查冰枕內的冰塊是否融化並視情況更換。
2. 每小時應檢視患者背部是否有冰水外漏情形。

給家人或親友的話

發燒一定有其原因存在，須讓醫師詳細檢查，不可自行亂服成藥而延誤治療的黃金時期。

自我評量(是非題)

- () 1. 耳溫38度以上時，建議睡冰枕。
- () 2. 耳溫高過39度時，建議給予溫水拭浴。
- () 3. 發燒時，若無水分限制，每日多攝取水份約2500~3000cc，可幫助散熱。

請寫下您的問題：

參考資料：

蘇麗智等(2018)·生命徵象·基本護理學(八版，10-484~506頁)·華杏。

彰化基督教醫院護理部生命徵象測量法護理作業指引(2021年7月29日)編號：CW-5110-012。

制定日期：1999年1月

修訂日期：2022年1月(第十二版)

編碼：5736-單張-中文-238-12

題號	1	2	3
解答	○	○	○

發燒的處理及冰枕使用方法



護理部製作

諮詢專線：(04)7256652

諮詢專線服務時間：

週一到週六 上午8：00-12：00

週一到週五 下午1：30- 5：30

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925

網址：<https://www.cch.org.tw/knowledge.aspx?pid=1>

衛教單張



彰化基督教醫療財團法人

彰化基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

一、正常成人體溫是多少？

項目	正常範圍
腋溫	35.5~37°C
額溫	35.0~37°C
耳溫	35.6~37.4°C
肛溫	34.4~37.8°C

二、什麼是發燒？

是一種常見的症狀，因身體的體溫升高超過正常的溫度。

三、發燒的原因？

引起發燒的原因很多，最主要是受病毒或細菌感染，如感冒、扁桃腺發炎、腦炎，其次是環境太熱，出汗太多，身體熱量無法散發，如中暑、高溫下工作者常易發生。



四、發燒可能出現的症狀：

1. 發抖、寒顫、皮膚乾熱。
2. 口渴、口乾舌燥。
3. 頭痛、頭暈、昏睡、全身酸痛、虛弱。

4. 臉色潮紅、呼吸喘、心跳加快。
5. 食慾差、噁心、嘔吐、尿少且顏色深、味道濃。

五、發燒的處理方法：

1. **發燒前**可能會出現**發抖、寒顫**，此時可先給予患者增加被蓋；若非禁食中，則可**喝溫開水**，並告知你的責任護士。
2. **寒顫停止時**，**體溫可能持續上升**，這時應慢慢**減少被蓋**，護理人員會為你量體溫並告知醫師。

【冰枕可至5樓福利社購買，然後到護理站拿冰塊】。

3. **耳溫38度以上時**，建議睡冰枕。
4. **耳溫高過39度時**，建議給予**溫水拭浴**（方法：用毛巾沾濕溫水約26.7—37度，輕拍沾濕全身，避免用力擦拭），可有效降低體溫。
5. 除非有水份限制，如腎臟、肝臟、心臟功能不好者。否則應增加患者水份攝取，每日約**2500~3000cc**，以幫助散熱。
6. 適當調整室內溫度。

7. 如退燒後出汗多，請隨時更換衣物，以保持皮膚清潔乾爽及避免著涼。
8. 可利用枕頭、棉被協助患者變換姿勢及採舒適臥位。
9. **採均衡飲食、少量多餐**及容易消化的食物。
10. **化學治療患者**，於出院返家後，如有發燒情況【指連續量耳溫兩次達**38°C以上**】，須立即返院就醫，切勿延誤。

若經處理體溫仍未降低時，可能需**抽血檢查發燒的原因**，並依醫囑給予**退燒藥**。

六、冰枕正確使用步驟：

1. 裝**2/3份量的**冰塊。



2. 加冷水（**水量要蓋過冰塊**）。

