



本宣传册基于国家健康与护理卓越研究所(简称NICE)的指引:  
“5岁以下儿童的发烧:评估和初步管理”。  
(CG 160)

## 为5岁以下因不明原因发烧的儿童照顾者提供的出院建议

我们认为您孩子目前的状况已经可以回家了,但如果您比之前寻求建议时感到更担忧,或者您担心自己无法在家照顾您的孩子,例如因为:

- 您孩子的健康状况变得更糟
- 您的孩子发生痉挛
- 您的孩子出现不会随着按压而消失的皮疹(参见“玻璃杯测试”部分)
- 发烧持续时间超过5天
- 您担心您的孩子正在脱水(参见以下部分)

则拨打这个电话号码给NHS 24,以获得进一步的建议 ...111...

或者尽快带他们去见...您的全科医生...,

或者在紧急情况下拨打... 999...呼叫救护车

### 当您的孩子发烧时该怎么办

- 定期为您的孩子提供饮料(如果您正在母乳喂养,则母乳是最佳选择)
- 检查您的孩子可能脱水的迹象(口干、没有眼泪、眼睛凹陷、囟门凹陷 - 婴儿头部的柔软点)。如果您发现这些迹象中的任何一项,请寻求进一步的建议(见上述部分)。
- 检查您的孩子是否有皮疹,并知道如何寻找和识别不会褪色的皮疹(皮疹不会因按压而消失),因为这可能是严重疾病的一种征兆(参见“玻璃杯测试”部分)
- 在夜间检查您的孩子
- 不要试图用药物让孩子退烧,但如果您的孩子感到痛苦或不舒服,请使用药物(参见药物部分)
- 让您的孩子在发烧时不要上学或幼儿园,并通知学校孩子的缺席情况
- 如果被要求提供尿液样本,请尽量在24小时内提供



本宣传册基于国家健康与护理卓越研究所(简称NICE)的指引:  
“5岁以下儿童的发烧:评估和初步管理”。  
(CG 160)

## 发烧和药物

发烧是对感染的自然和健康的反应,所以不要通过穿太多或太少的衣服,或用沾水的海绵试图给孩子退烧。

虽然没有必要治疗发烧,但可以使用两种药物来治疗由发烧和不适引起的痛苦。它们是布洛芬(ibuprofen)和扑热息痛(paracetamol),它们可能会让您的孩子感觉好一点。它们同样有效,所以您应该从一种药物开始,只有在第一种没有效果时才使用另一种,但是您不应该同时让孩子服用两种药物。

请仔细阅读说明,因为这些药物具有不同的强度,而且您药剂师销售的其他产品中也可能含有当中成份。如果您有任何疑问,您应该告诉药剂师您目前使用的是什么药物。尽管两者在正确使用时都非常安全,但如果给予的剂量太大或过于频繁,也可能造成伤害。

## 皮疹和玻璃杯测试



(图片由脑膜炎研究基金会提供)

如果您的孩子出现皮疹,请进行“玻璃杯测试”。将玻璃杯紧紧地按压在皮疹上。如果您能透过玻璃看到斑点并且它们不会褪色,这被称为“不会褪色的皮疹”。如果出现这种皮疹,请立即寻求医疗建议。

如果在玻璃滚过时斑点会消失,则皮疹可能并不严重,但要继续检查,因为它可能发展成不会褪色的皮疹。

在深色皮肤上较难看到皮疹,所以请在皮肤较白的区域寻找皮疹,例如手掌、脚底、腹部和眼睑内侧。

如果您担心孩子的健康状况正在恶化,请寻求进一步的医疗建议 - 不要等待皮疹的出现。