

《醫學人生》執業醫生與您分享醫學、人生與愛的故事，逢週一刊登

人體溫的控制中心是在於腦內下視丘(hypothalamus)，小童的正常體溫是36.6-37.9°C(肛探標準)。發燒通常是因人體被病毒、細菌或其他微生物感染，或體內有發炎，又或者由某些藥物的副作用引起等。白血球在消滅病毒、細菌時，會在體內散出多種致熱原素(pyrogens)，包括：前列腺素(prostaglandins)、白細胞介素(interleukins)等。這些原素會提高下視丘的預設恆溫點，令到身體以為未達到足夠溫度而作出在寒冷天氣的反應。所以病童雖然發燒，但主觀上反而覺得冷；皮下血管收縮，減少體熱流失，手腳、皮膚處低溫，肌肉會收縮發熱而令身體顫抖。這些致熱原素也會令病童疲倦一點，需要多點休息、睡覺。我患傷風、感冒時，一樣會先多休息、睡覺，以保持身體抵抗力。

神創造人發燒的原因是要幫助消滅造成感染的微生物。如果體溫不高於41.7°C，就不會影響細胞。經醫生診治後，可服用退燒藥，例如paracetamol，高燒時，可用ibuprofen等。退燒藥只可中和部份的致熱原素，作用通常只有4到6小時，可令體溫降低及令病童舒服一點。如體溫再升到38.5°C以上，可以再服退燒藥。病童應穿適量衣服，但不可穿太多，以免影響散熱。

退燒的形式通常分為「急降式」或「下樓梯式」，受病毒感染的话，通常是後者。不要期望服藥後身體會即時退燒，回復正常體溫。因為免疫系統需要一點時間去殺死病毒、細菌，然後又要時間去減低身體的發炎反應，才可「鳴金收兵」。發燒時，體溫有高有低，通常數日後至一個星期才可完全退燒。尤其是常見的腸病毒，有時完全退燒後，會再燒多一、兩日，被稱為「雙峰駝背式退燒」。有時病毒會挫低身體的免疫力，讓第二種病毒或細菌入侵，造成雙感染。所以，不要因不退燒就隨便轉換醫生，由同一位醫生觀察病情變化更好。

「耶和華啊！求你恩待我，因為我軟弱；耶和華啊！求你醫治我，因為我的骨頭發抖。」（詩篇6：2,《聖經新譯本》）

重明／兒科專科



環球天道傳基協會
Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契
The Christian Medical and
Dental Fellowship of Hong Kong