

發燒護理指導

Hướng dẫn chăm sóc khi bị sốt

■ 發燒簡介Giới thiệu sơ lược về sốt

發燒是面對感染反應之一，體溫升高可增強多種免疫細胞功能，促進體內抵抗感染，引起發燒原因很多，病毒、細菌感染、環境太熱或身體熱量無法排出(如高溫下工作、中暑)，會出現發燒情形



Sốt là một trong những phản ứng đối với nhiễm trùng, nhiệt độ cơ thể tăng cao có thể tăng cường chức năng của nhiều tế bào miễn dịch, thúc đẩy cơ thể chống lại nhiễm trùng, Nguyên nhân gây ra sốt có rất nhiều, nhiễm virus, vi khuẩn, môi trường quá nóng hoặc nhiệt lượng cơ thể không thể thoát ra ngoài (ví dụ như làm việc dưới nhiệt độ cao, say nắng), sẽ xuất hiện sốt.

■ 常見症狀Triệu chứng phổ biến

寒顫、皮膚乾熱、心跳加快、體溫升高、體液大量流失、口乾舌燥、尿少、倦怠、頭痛、全身酸痛、食慾不振
Ớn lạnh, da khô nóng, tim đập nhanh, nhiệt độ cơ thể tăng cao, mất nhiều dịch cơ thể, miệng lưỡi khô, tiểu ít, mệt mỏi, đau đầu, đau nhức toàn thân, chán ăn.



寒顫
Ớn lạnh



心跳加快
Tim đập nhanh



口乾舌燥
Miệng lưỡi khô



倦怠
Mệt mỏi

■ 發燒處置 **Cách xử lý sốt**

- 穿寬鬆衣服，減少蓋被，保持空氣流通；寒顫可予保暖增加衣被 Mặc quần áo rộng rãi, ít đắp chăn, giữ không khí lưu thông, khi ớn lạnh có thể giữ ấm bổ sung thêm áo hoặc chăn.
- 補充水份 Bổ sung nước
- 避免至公共場所減低感染 Tránh đến nơi công cộng giảm lây nhiễm
- 每4-6小時量體溫 Cứ 4-6 tiếng đo nhiệt độ cơ thể một lần
- 使用退燒藥物需間隔4-6小時 Sử dụng thuốc hạ sốt cần cách 4-6 tiếng



體溫Nhiệt độ cơ thể	處置Cách xử lý
37.5-38度 37,5-38 độ	儘量多喝水、多休息，冰枕使用 Cố gắng uống nhiều nước, tranh thủ nghỉ ngơi, sử dụng gối lạnh
38-39度 38-39 độ	口服退燒藥物，儘量多喝水、多休息，冰枕使用。 Uống thuốc hạ sốt, cố gắng uống nhiều nước, tranh thủ nghỉ ngơi, sử dụng gối lạnh
39度以上 39 độ trở lên	依醫囑使用肛門塞劑或口服退燒藥，溫水拭浴，儘量多喝水、多休息，冰枕使用 Sử dụng thuốc đặt hậu môn hoặc thuốc uống giảm sốt theo lời dặn của bác sỹ, lau người bằng nước ấm, cố gắng uống nhiều nước, tranh thủ nghỉ ngơi, sử dụng gối lạnh.

■ 緊急返診提醒 **Nhắc nhở tái khám khẩn cấp**

- 體溫一直維持38度以上，意識改變，皮膚有紅疹或其他新產生症狀時，請立即回急診就診
Khi nhiệt độ cơ thể luôn giữ 38 độ trở lên, thay đổi ý thức, da nổi phát ban đỏ hoặc có những triệu chứng khác, cần lập tức tái khám gấp.

本單僅供參考，實際治療以醫師診療為主

Phiếu này chỉ mang tính tham khảo, tình hình thực tế căn cứ theo bác sỹ khám chữa bệnh.

- 兒童如有哭鬧嚴重、活動力或食慾變差、尿量明顯減少、吞嚥困難等，也請盡快返診就醫
- Trẻ em nếu quấy khóc nghiêm trọng, sức hoạt động hoặc ăn uống kém đi, lượng tiểu ít rõ rệt, khó nuốt..., cũng cần nhanh chóng tái khám.

■ 複習一下 Ôn tập

問題1：()發燒需每4-6小時測量一次體溫

Câu 1: () khi sốt cần cứ sau 4-6 tiếng đo nhiệt độ cơ thể 1 lần

問題2：()只要有發燒，就可服用退燒藥

Câu 2: () Chỉ cần sốt, thì phải uống ngay thuốc hạ sốt

問題3：()體溫一直維持高燒，意識改變，皮膚有紅疹或其他新產生症狀時，應立即回急診就診

Câu 3: () Khi nhiệt độ cơ thể luôn sốt cao, thay đổi ý thức, da nổi phát ban đỏ hoặc xảy ra triệu chứng khác, cần đưa đi cấp cứu ngay lập tức.

正確答案Đáp án đúng

問題1:○ 問題2:× 問題3:○

Câu 1:○ Câu 2: × Câu 3:○

參考文獻Tài liệu tham khảo

Tan, E., Beck, S., Haskell, L., MacLean, A., Rogan, A., Than, M., Venning, B., White, C., Yates, K., McKinlay, C. J., & Dalziel, S. R. (2022). Paediatric fever management practices and antipyretic use among doctors and nurses in New Zealand emergency departments. *Emergency medicine Australasia : EMA*, 34(6), 943–953. <https://doi.org/10.1111/1742-6723.14022>

Bakalli, I., Klironomi, D., Kola, E., & Celaj, E. (2022). The management of fever in children. *Minerva pediatrics*, 74(5), 568–578. <https://doi.org/10.23736/S2724-5276.22.06680-0>

電話 số điện thoại : (02)2737-2181 分機 Sự mở rộng: 1300

制定單位/日期 Ngày biên soạn (hiệu đính) : Khoa Điều dưỡng/.115.07.01

PFS-8100-696

本單僅供參考，實際治療以醫師診療為主
Phiếu này chỉ mang tính tham khảo, tình hình thực tế căn cứ theo bác sỹ khám chữa bệnh.