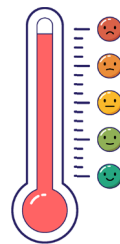


發燒抽一下？別慌！

兒童熱痙攣與正確照護

撰文◎九病房護理長 黃雨寧



熱痙攣 (Febrile Seizure) 是指兒童在發燒時，因體溫快速上升而引發的短暫性抽搐現象，常見於六個月至五歲的幼兒。雖然多數熱痙攣屬於良性，並不代表孩子罹患癲癇或造成腦部損傷，但突如其來的發作仍常讓家長感到驚慌。

發生的原因

一、體溫快速上升：短時間內體溫快速升高，會刺激腦部神經細胞，導致神經放電暫時失衡，進而引發抽搐。

二、幼兒神經系統尚未成熟：幼兒的大腦仍在發育中，對於神經興奮的抑制能力較弱，當受到高溫刺激時，更容易出現短暫性的神經過度放電。

三、感染引起的發炎反應：感染時，體

內會釋放發炎介質，可能提高中樞神經的興奮性，使孩子對發燒刺激更加敏感。

四、個人體質與家族史：若家族中曾有熱痙攣的病史，那麼孩子發生熱痙攣的機率也會相對提高。

熱痙攣的常見表現

- 一、全身或四肢抽搐、僵硬
- 二、眼睛上吊或目光呆滯
- 三、意識短暫喪失



四、發作時間多在數秒至五分鐘內

五、發作後可能出現嗜睡、疲倦

家長該怎麼做

當孩子出現熱痙攣時，請保持冷靜，並依下列原則處理：

- 一、讓孩子平躺或側躺，避免嘔吐物吸入造成嗆咳。
- 二、鬆開衣物，保持呼吸道通暢。
- 三、勿強行壓制肢體或塞入任何物品至口中。
- 四、記錄發作時間與症狀，供醫護人員評估。
- 五、抽搐結束後，盡速送醫評估。

發燒期間的照護重點

- 一、規律量測體溫，留意體溫變化。
- 二、按照醫囑正確使用退燒藥，避免自行增加劑量。
- 三、補充水分，預防脫水。
- 四、穿著輕便、保持環境通風。
- 五、不建議用酒精擦拭皮膚或過度降溫，以免刺激不適。

什麼情況需要立即就醫

若出現以下情形，請立即就醫或撥打緊急電話：

- 一、痙攣持續超過五分鐘
- 二、一天內反覆多次發作
- 三、發作後意識未恢復
- 四、伴隨頸部僵硬、持續嘔吐、嚴重嗜睡

發生熱痙攣時，家長該怎麼做？

- 1 平躺或頭側一邊，勿試圖移動，確保周圍環境安全



- 2 鬆開衣物，保持呼吸道暢通



- 3 勿將異物塞入口中



- 4 記錄發作時間評及症狀



- 5 立即送往醫院評估



五、年齡小於六個月或大於五歲首次發作

家長常見迷思澄清

- 熱痙攣不是癲癇
- 多數不會影響智力或發展
- 部分孩子可能再次發作，但隨年齡增長會自然減少

為孩子的健康把關

熱痙攣雖來得突然，但大多屬於暫時性現象。正確認識與即時、適當地照護，是守護孩子安全的重要關鍵。若有任何疑慮，請隨時與醫療團隊討論，共同為孩子的健康把關。 