

# 兒童感冒衛教

## 第一版

台灣兒童感染症醫學會

國家衛生研究院兒童醫學及健康研究中心

制訂日期：2019 年 2 月 16 日

### 什麼是感冒？

- 感冒是位於鼻腔後面的鼻咽部病毒感染，一般症狀輕微不會影響日常活動。
- 感冒病毒包括鼻病毒、冠狀病毒等，一共一百多種血清型，所以人的一生會反覆感冒。幼兒感冒的頻率特別高，是因為他們對多數感冒病毒還沒有免疫力。
- 並非所有發燒、咳嗽、流鼻水都是單純感冒，必須由兒科醫師診斷。
- 兒童常常因為感冒而併發中耳炎、鼻竇炎、肺炎等細菌感染，必須由兒科醫師診治，才能及時治療。

### 感冒後該怎麼處理？

- 所有 18 歲以下有感冒症狀的兒童，都應該由兒科醫師診治。
- 不應在沒有兒科醫師診斷的前提下，自行去買藥使用，不但可能無法對症下藥、增加不必要副作用，也可能耽誤正確治療時間而發生危險。
- 對於病毒感染引起的感冒，目前並無有效抗病毒藥物治療。對於發燒、咳嗽、流鼻水等症狀，可以適度使用一些症狀治療藥物。這些症狀緩解之後，就不需要繼續使用這些藥物。
- 如果醫師判斷有中耳炎、鼻竇炎、肺炎等細菌併發症，需要使用抗生素一定時間治療。

### 感冒兒童是否需要自主健康管理？

- 正在發燒的感冒病童，最好在家休息，直到退燒至少 24 小時為止。
- 如果有必要外出，應該配戴口罩，並勤洗手。

### 什麼時候需要馬上去醫院診治？

- 出現下列情形應儘速就醫：
  - 三個月以下嬰兒感冒而且發燒。
  - 尿量大幅減少。
  - 哭泣時沒有眼淚。
  - 意識不清，持續昏睡、未發燒時躁動不安、眼神呆滯。
  - 痙攣、肌抽躍、肢體麻痺、感覺異常。
  - 持續頭痛與嘔吐。
  - 頸部僵硬。
  - 咳痰有血絲。
  - 呼吸暫停、未發燒時呼吸急促、呼吸困難、吸氣時胸壁凹陷。
  - 心跳速度太慢、心跳不規則。
  - 無法正常活動，例如不能爬樓梯、走小段路會很喘。
  - 皮膚出現紫斑。
  - 嘴唇、手指、腳趾發黑。

參與制定衛教建議專家名單：

制定日期：2019年2月16日

召集人：李秉穎（台大兒童醫院小兒部）

委員：

丁佩如（台中榮民總醫院小兒科）

王志祿（高雄柏仁醫院）

何宗憲（成功大學醫學院附設醫院小兒部）

何愉懷（花蓮慈濟醫院小兒科）

吳克恭（台北榮民總醫院兒童醫學部）

呂俊毅（台灣大學醫學院附設醫院兒童醫院小兒部）

林釗尚（台中診所）

林應然（台北診所）

邱南昌（台北馬偕紀念醫院小兒科部）

張鈞竹（林口長庚醫院護理部）  
張鑾英（台大兒童醫院小兒部）  
陳志榮（林口長庚醫院兒童醫學部）  
麥建方（新竹診所）  
曾雅淳（澄清綜合醫院兒科）  
湯仁彬（振興醫院兒童醫學部）  
黃玉成（林口長庚醫院兒童醫學部）  
黃美智（成功大學醫學院護理學系）  
黃高彬（中國醫藥大學兒童醫院）  
黃璫寧（林口長庚醫院兒童醫學部）  
楊俊仁（台北馬偕紀念醫院小兒科部）  
楊曜旭（台灣大學醫學院附設醫院兒童醫院小兒部）  
葉國偉（林口長庚醫院兒童醫學部）  
趙舜卿（林口長庚醫院兒童醫學部）  
劉清泉（成大醫院小兒部）  
蔡劭瑜（臺灣大學護理學系暨研究所）  
鄭名芳（高雄榮民總醫院兒童醫學部）  
賴明瑋（林口長庚醫院兒童醫學部）