

高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科別	兒童醫學部	編號：5000042
主題	嬰兒體溫測量	2012.02.13 訂定
製作單位	嬰兒病房	2023.05.15 四修

由於寶寶的體溫調節功能還不穩定，外在因素都有可能造成影響，為了掌握寶寶的健康狀況，了解正確體溫測量方法及判讀，進而採取適當照護，即早就醫。

一、怎麼測量寶貝的體溫

測量體溫的方法包括耳溫、腋溫、背溫、口溫及額溫，用額溫槍或紅外線測量皮膚表面，常有嚴重低估的現象，所以不建議常規使用。以下介紹較準確且測量方便的兩種方法：

(一)耳溫(正常溫度為 36.5-37.5°C)

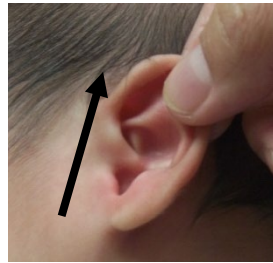
測量的時候必須注意耳溫槍在耳內的角度，而依照年齡的不同，拉的角度也不同：

1. 三歲以下：測量時請將耳朵向下向後拉，如(圖一)。
2. 三歲以上：測量時請將耳朵向上向後拉，如(圖二)。
3. 將耳溫探頭置入耳道，並按壓啟動鈕，如(圖三)，約數秒即可判讀數據，當兩耳測量出來的溫度不同時，以較高溫度為準。

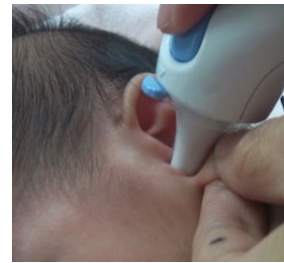
(二)三個月以下嬰兒耳溫與中心體溫的相關性較差，過多的耳垢會干擾測量，中耳炎或其他中耳異常者量耳溫會有誤差，應該用其他方法量體溫。



(圖一)



(圖二)



(圖三)

(三)腋溫(正常溫度為 36-37°C)

一個月以下或體重很低的新生兒，不適合量肛溫或耳溫，可考慮量腋溫或背溫。測量前先擦乾寶寶腋下的汗水，體溫計前端放於腋窩中央(圖四)，若寶寶會動來動去，可輕輕固定手以夾緊體溫計(圖五)。



(圖四)



(圖五)

二、影響體溫的因素

環境中的冷空氣會使寶寶的體溫降低，而哭鬧、衣物包裹過多或環境悶熱，則會使體溫上升，洗澡及餵奶後也會使體溫略微增加。

三、體溫異常的處理

(一)體溫偏低(耳溫低於 36.5°C)：戴帽、戴手套、穿襪子、加被蓋保暖。

(二)體溫偏高(耳溫高於 37.5°C)：減少衣物及被蓋、保持室內空氣流通，室溫維持 24-26°C，補充水份、睡涼水枕、溫水擦拭或泡澡。若測量體溫超過正常範圍時先別慌張，可先依照上述的措施處理，等待 30 到 60 分鐘後再確認一次體溫，若仍有異常須持續觀察體溫的變化，同時注意是否有其他症狀，提供醫師參考。

四、當體溫異常並合併以下危險病徵，請盡速就醫：

(一)三個月以下嬰兒出現發燒。

(二)意識不清，持續昏睡、未發燒時躁動不安、眼神呆滯。

(三)痙攣、肌抽躍、肢體麻痺、持續頭痛與嘔吐。

(四)呼吸暫停、未發燒時呼吸急促、呼吸困難、吸氣時胸壁凹陷。

(五)心跳、脈搏速度太慢或不規則。

(六)尿量大幅減少或哭泣時沒有眼淚。

(七)皮膚出現紫斑。

諮詢電話：

嬰兒病房(07)3468194

新生兒加護病房(07)3468195

參考資料：

台灣兒童感染症醫學會(2018，6月30日)·*兒童發燒處置建議*。

<https://www.pids.org.tw/index.php?route=education/education&path=92>

國民健康署(2022，04月)·*兒童衛教手冊*。

https://www.hpa.gov.tw/File/Attach/16130/File_19812.pdf

衛生福利部國民健康署(2015，11月06日)·*健康的叮囑：打破發燒的迷思*。

<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=1125&pid=1610>

圖一~圖五「嬰兒體溫測量」高雄榮民總醫院嬰兒病房林湘雅(2020)拍攝授權使用。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！