

發燒

張復聚

Lán lóng知影發燒ê意思，m̄ -koh 我nā 問你講體溫幾度算正常，你可能tō m̄ 知--lor 。

一般講--起來，lán 人ê 體溫chái 起時上kē，tī 36.5 °C hia；koh來就慢慢á giâ kôan，到beh暗á時giâ 到上kôan，tī 37.5 °C hit tah hia，sò--lòh koh轉kē，一直到bîn-á-chái-khí，tú 好過一kang。當然--la，有一kóa-á 人(< 5%) ê 體溫比37.5 °C khah kôan，mā 有比 36.5 °C khah kē。M̄-chiah講有時á chhām beh決定一個人有發燒--無？Mā 無hiah簡單。上好ê 辦法就是kap i本人比。可比講；tī e-po 3點ê 時i ê 體溫普通lóng tī 37.2 °C，chit-má giâ kôan到37.7 °C，lán就知影講i有發燒--lor 。

發燒對lán人有sím-mih敗害？Iah是講kám 有sím-mih好--處？簡單講：體溫提高會hō lán白血球ê 殺菌能力提高，che算好ê 部份；同時發燒mā 會hō lán新陳代謝ê 負擔khah重，對lán ê 心臟、肺部kap腦部有pháiⁿ ê 影響。體溫siuⁿ 過頭kôan ê 時，lán ê 頭腦會變khah混沌bē 清楚，koh會烏白講話、精神錯亂。有--ê gín-á 發燒會併發全身kiù 筋。有身--ê 特別tī 第一期(有身ê 頭三個月)，koh會造成子宮內胎兒ê 神經系統無正常發育！Chia--ê lóng是bái ê 部份。

Án-ne講，發燒ê 時beh如何是好neh？對lán頂面所講ê 人(有身ê 第一期、會kiù 筋ê gín-á、有心臟病、肺病kap腦循環bái--ê) ài趕緊kā 退燒。體溫siuⁿ kôan (> 40 °C) mā ài趕緊kā 降--落來。Nā 是溫度<38.5 °C，無sím-mih要緊。注意觀察就好。Nā tī 39 °C 頂下，tiòh請緊chhōe醫生看。

退燒藥á beh用toh一種khah好？我建議lán厝內隨時chhōan kóa-á PHANATOLU (Panadol 『普拿疼』)，這項藥á 真純，ē-sái講無siáⁿ 副作用，另外koh有ASPHILIN(Aspirin) 通用。Aspirin比Panadol khah強，mā khah毒。Gín-á 人teh出水chu、患著流行性感iah是腸á 炎ê 時koh食aspirin有可能會造成Reye's syndrome，會礙著肝kap腦，死亡率真kôan！Koh有，aspirin會造成內出血ê 危險，m̄-chiah講盡量mài用。