

FIEBRE 发烧

¿QUÉ ES LA FIEBRE? 什么是发烧?

La fiebre consiste en la elevación de la temperatura normal del cuerpo: más de 38° C si se mide en el recto o más de 37,5° C si se mide en la axila.

发烧是指身体正常体温的升高:从直肠测量, 体温超过38摄氏度, 从腋下测量, 体温超过37, 5摄氏度。

La causa más frecuente en los niños es una infección vírica.
引起儿童发烧的最常见原因是病毒感染。

¿QUÉ DEBE HACER EN CASA? 如何在家中护理?

- No decida que su hijo tiene fiebre poniéndole la mano sobre la frente, use el termómetro.
将手放在前额, 利用体温计来确定小孩是否发烧。

- Mantenga una temperatura ambiental agradable. No ponga mucha ropa al niño.
保持舒适恰当的环境温度。不要给小孩穿太多衣服。

- Ofrezcale abundantes líquidos, sin forzarle.
提供丰富的液体类物质, 但不要强迫其饮食。

- No es necesario bajar la fiebre en todas las circunstancias, sólo si el niño está molesto.
Esto ocurre, generalmente, a partir de 38-38,5°C.

不分条件和情况就为儿童降烧是没有必要的。除非儿童已经感到烦躁不适, 这种现象的发生, 一般而言, 从38或38, 5摄氏度才开始。

- Utilice las dosis de antitérmicos recomendadas por su pediatra respetando los intervalos entre las mismas aunque la fiebre reaparezca antes. Siempre que sea posible adminístrelos por la boca, no por vía rectal.

使用经儿科医生推荐的抗热药剂, 虽然发烧总是先行出现, 但要注意遵守两次使用之间的期限规定。(?) 使用时, 尽可能从口唇喂服, 而不是通过肛门。

- No se debe alternar medicamentos para tratar la fiebre.
不要交替轮换使用治疗发烧的药物。

- Los baños con agua templada disminuyen poco la fiebre. Puede usarlos para ayudar a los antitérmicos. No utilice compresas de alcohol, ni de agua fría.
温水沐浴对退烧有小许作用。可以使用它们以帮助治疗。不要使用酒精敷布以及冷水敷布。

¿CUÁNDO DEBE ACUDIR A UN SERVICIO DE URGENCIAS? 何时求助于急诊?

- Si el niño tiene menos de 3 meses de edad.
如果小孩不足3个月。

- Si su hijo está adormilado, decaído o, por el contrario, muy irritable.
如果小孩昏昏欲睡, 萎靡消沉, 或者相反, 有过敏特征。

- Si ha tenido por primera vez una convulsión.
如果第一次就出现过痉挛。

- Si se queja de dolor de cabeza intenso y vomita varias veces.
如果剧烈头痛引起痛苦呻吟以及数次呕吐。

- Si el niño respira con dificultad.
如果儿童呼吸困难。

- Cuando aparecen manchas rojas en la piel que no desaparecen al presionar.
如果在皮肤上出现红点, 按压后依然不消失。

CUESTIONES IMPORTANTES 重要提示

- Algunas personas piensan que la fiebre es siempre mala y que puede provocar lesiones importantes. ¡Esto no es verdad!. Cuando tenemos una infección el cuerpo produce más calor (fiebre) para que nuestras defensas luchen contra ella.

有些人认为, 发烧是有害的, 而且还会诱发其他重大的损伤。这是不正确的认识。当我们受感染后, 身体会产生更多的热量(所谓发烧), 以使得我们身体的防御系统来对抗这种病毒感染。

- La fiebre no produce daños en el cerebro hasta que llega a 42° C o más.
除非发烧到42摄氏度或以上, 发烧一般不会对大脑造成损害。

- Los antitérmicos no curan la infección, sólo ayudan a que el niño se sienta mejor.
抗热药剂不会治愈病毒感染, 仅仅是帮助儿童恢复得更好一些。