

ไข้สูงในเด็ก ลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ เช็ดตัวยังไงให้ไข้ลด

รวมบทความ ทารกแรกเกิด การดูแลเด็กทารกให้ดีที่สุด

บทความ

ก.ย. 11, 2024

5 นาที

ไข้เป็นอาการที่พบได้บ่อยในเด็กเล็ก อาการไข้มักมาพร้อมกับอาการอื่น ๆ เช่น หนาวสั่น อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร และปวดเมื่อยตามตัว เมื่อลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ขึ้นมา อาการเหล่านี้เป็นสัญญาณบ่งบอกว่าร่างกายของลูกกำลังต่อสู้กับสิ่งแปลกปลอมบางอย่าง การดูแลลูกน้อยเมื่อมีไข้จึงเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้

สรุป

- เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี มักมีระบบภูมิคุ้มกันที่ยังไม่แข็งแรง ทำให้เมื่อมีไข้สูง อาจเกิดภาวะชักจากไข้สูงได้ ซึ่งเป็นเรื่องที่คุณพ่อคุณแม่ต้องเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด
- การเช็ดตัวด้วยน้ำอุ่นและนวดอุณหภูมิห้องเป็นวิธีที่ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพในการช่วยลดไข้สูงในเด็กเล็ก ไม่ควรใช้น้ำเย็น หรือน้ำแข็ง
- ลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนใช้ยา เพื่อรับคำแนะนำเกี่ยวกับปริมาณที่เหมาะสมกับอายุและน้ำหนักตัวของลูก

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ เกิดจากอะไร
- ลูกมีไข้หนาวสั่นแบบไหนเสี่ยงอันตราย
- ลูกมีอาการหนาวสั่นและมีไข้ ควรเช็ดตัวให้ลูกแบบไหน
- คุณแม่ควรรับมืออย่างไร เมื่อลูกมีไข้หนาวสั่น
- อาการไข้ในเด็กแบบไหน ที่คุณแม่ควรพาลูกไปหาหมอ
- ลูกมีไข้หนาวสั่น ให้ลูกน้อยกินยาพาราได้ไหม

ลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ เกิดจากอะไร

อาการหนาวสั่นในเด็กเล็กเป็นระยะเริ่มต้นของการมีไข้ เป็นกลไกการป้องกันตัวของร่างกาย เมื่อร่างกายตรวจพบสิ่งแปลกปลอม จะสั่งให้กล้ามเนื้อเกร็งตัวเพื่อผลิตความร้อนออกมา ทำให้อุณหภูมิในร่างกายสูงขึ้น เพื่อยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อโรค แม้จะกำลังผลิตความร้อน แต่ร่างกายก็ารู้สึกหนาว เนื่องจากหลอดเลือดที่ผิวหนังหดตัวลงเพื่อป้องกันการสูญเสียความร้อน ทำให้เลือดไหลเวียนไปเลี้ยงส่วนปลายของร่างกายน้อยลง สาเหตุที่ทำให้ลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ อาจเกิดจาก

- **การติดเชื้อ** เป็นสาเหตุที่พบได้บ่อยที่สุด เช่น ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ คออักเสบ ปอดอักเสบ หรือการติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ
- **การตอบสนองต่อสิ่งแปลกปลอม** เช่น หลังจากการฉีดวัคซีน หรือการแพ้ยาบางชนิด
- **ภาวะขาดน้ำ** เกิดจากการอุจจาระ เด็กท้องเสีย หรือร่างกายสูญเสียน้ำมากเกินไป
- **การบาดเจ็บ** บาดแผลติดเชื้อหรือการอักเสบของเนื้อเยื่อ

ลูกมีไข้หนาวสั่นแบบไหนเสี่ยงอันตราย

เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี มักมีระบบภูมิคุ้มกันที่ยังไม่แข็งแรง ทำให้เมื่อลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้สูง (ประมาณ 39-40 องศาเซลเซียส) อาจเกิดภาวะชักจากไข้สูงได้ ซึ่งเป็นเรื่องที่คุณปกครองต้องเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด

เด็กเล็กที่มีอาการหนาวสั่นมีโอกาสชักจากไข้สูงได้ เนื่องจากระบบประสาทยังเจริญไม่เต็มที่ สมอของเด็กละเลี่ยยังอยู่ในระหว่างการพัฒนา ทำให้มีความไวต่อการเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิในร่างกาย อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิอย่างรวดเร็ว ไข้ที่สูงขึ้นอย่างรวดเร็วอาจกระตุ้นให้เกิดอาการชักได้

อาการชักจากไข้สูง มักเกิดขึ้นภายใน 24 ชั่วโมงแรกของการมีไข้ ส่วนใหญ่แล้วอาการชักจะเกิดขึ้นในช่วงที่ไข้ขึ้นสูงสุด หากเกิดขึ้นในวันหลัง ๆ อาจมีสาเหตุอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น การติดเชื้อในระบบประสาท ซึ่งเป็นเรื่องที่ต้องรีบปรึกษาแพทย์

ลูกมีอาการหนาวสั่นและมีไข้ ควรเช็ดตัวให้ลูกแบบไหน

อาการไข้นในเด็กหรือลูกตัวร้อน การเช็ดตัวด้วยน้ำอุ่นหรือน้ำอุณหภูมิห้องเป็นวิธีที่ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพในการช่วยลดไข้สูงได้ น้ำอุ่นจะช่วยให้หลอดเลือดขยายตัว ทำให้ร่างกายค่อย ๆ ระบายความร้อนออกมาได้ดีขึ้น ห้ามใช้น้ำเย็นหรือน้ำแข็ง เนื่องจาก อาจทำให้ร่างกายของเด็กเกิดอาการหนาวสั่น ซึ่งจะ ทำให้กล้ามเนื้อหดตัว ร่างกายระบายความร้อนได้ยากขึ้น ทำให้มีไข้สูงขึ้นอีก

คุณแม่ควรรับมืออย่างไร เมื่อลูกมีไข้หนาวสั่น

ข้อควรระวังในการดูแลเมื่อลูกมีไข้หนาวสั่น เมื่อไหร่ควรหยุดเช็ดตัว ควรห่มผ้าหนา ๑ เพิ่มความอบอุ่นหรือไม่ ควรนอนเปิดแอร์หรือเปิดพัดลมดี นี่คือนิสัยที่คุณแม่ควรรับมืออย่างถูกวิธี เพื่อให้อาการไข้ในเด็กลดลง

1. **หยุดเช็ดตัวทันที เมื่อลูกหนาวสั่น** เป็นอีกหนึ่งวิธีช่วยลดไข้ทารก การเช็ดตัวในขณะที่ลูกกำลังหนาวสั่นจะยิ่งทำให้ร่างกายสูญเสียความร้อนมากขึ้น อาจทำให้อาการหนาวสั่นรุนแรงขึ้น และอาจทำให้ไข้สูงขึ้นได้ ควรหยุดเช็ดตัวทันที ใช้ผ้าแห้งซับตัวให้แห้ง และห่มผ้าให้ลูกเพื่อรักษาอุณหภูมิในร่างกาย
2. **ห่มผ้าให้ลูกและใส่เสื้อผ้าที่ไม่หนาเกินไป** ห่มผ้าให้ลูกพอดีตัว ไม่หนาหรือบางจนเกินไป เลือกผ้าที่ระบายอากาศได้ดี เพื่อให้ลูกรู้สึกสบายตัว
3. **จัดห้องให้อากาศถ่ายเทสะดวก** เปิดหน้าต่างหรือประตู เปิดพัดลม แต่ควรระวังอย่าให้ลูกโดนลมเย็นโดยตรง หากใช้เครื่องปรับอากาศ ควรปรับอุณหภูมิให้เหมาะสม ไม่เย็นเกินไป
4. **ให้ลูกนอนพักผ่อนอย่างเต็มที่** การพักผ่อนจะช่วยให้ร่างกายได้ซ่อมแซมตัวเอง และช่วยลดการเผาผลาญในร่างกาย



อาการไข้ในเด็กแบบไหน ที่คุณแม่ควรพาลูกไปหาหมอ

การสังเกตอาการไข้ในเด็กเป็นสิ่งสำคัญมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กเล็ก เพราะไข้สูงในเด็กอาจเป็นสัญญาณของการติดเชื้อร้ายแรงได้ หากพบอาการดังต่อไปนี้ ควรรีบพาลูกน้อยไปพบแพทย์ทันที

- **เด็กอายุต่ำกว่า 3 เดือน:** แม้จะมีไข้เพียงเล็กน้อย ก็ควรพาไปพบแพทย์ทันที เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันของเด็กยังไม่แข็งแรง อาการไข้เล็กน้อยอาจบ่งบอกถึงการติดเชื้อร้ายแรงได้
- **เด็กอายุ 3-6 เดือน:** นอกจากไข้แล้ว หากเด็กมีอาการซึมลง หงุดหงิด หรือร้องไห้มากผิดปกติ
- **เด็กอายุ 6-24 เดือน:** หากไข้ไม่ลดลงภายใน 1 วัน
- **เด็กอายุ 2-17 ปี:** หากไข้สูงนานเกิน 3 วัน และไม่ตอบสนองต่อการรักษา เช่น การให้ยาลดไข้ หรือการเช็ดตัวลดไข้

ลูกมีไข้หนาวสั่น ให้ลูกน้อยกินยาพาราได้ไหม

ลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ ก่อนที่จะให้ลูกกินยา ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนใช้ยา เพื่อรับคำแนะนำเกี่ยวกับปริมาณที่เหมาะสมกับอายุและน้ำหนักตัวของลูก และปฏิบัติตามคำแนะนำบนฉลากยาอย่างเคร่งครัด

การดูแลลูกน้อยเมื่อลูกมีอาการหนาวสั่นมีไข้ ควรเช็ดตัวลดไข้อย่างถูกวิธี และสังเกตอาการไข้ในเด็กอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะในเด็กเล็ก หากมีไข้สูงอาจเกิดอาการชักจากไข้สูงได้ และการดูแลอย่างถูกต้องจะช่วยให้ลูกหายป่วยได้เร็วขึ้น หากมีข้อสงสัย ควรปรึกษาแพทย์เพื่อรับคำแนะนำและดูแลที่เหมาะสม

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- สายสะดือทารก สะดือใกล้หลุดเป็นแบบไหน พร้อมวิธีทำความสะอาด
- กลากน่านม เกิดจากอะไร โรคผิวหนังในเด็ก พร้อมวิธีดูแลเกลือนน่านม
- ลูกเลือดกำเดาไหลตอนกลางคืน อันตรายไหม พ่อแม่รับมืออย่างไรดี
- วิธีห่อตัวทารกที่ถูกต้อง ให้ลูกน้อยสบายตัว เหมือนอยู่ในท้องแม่
- โรคซางในเด็กเล็กมีจริงไหม เกิดจากอะไร ดูแลและป้องกันได้หรือเปล่า
- ลูกหัวแบน ทารกหัวแบน คุณแม่ทำอย่างไรได้บ้าง พร้อมวิธีแก้ไขเบื้องต้น
- วิธีบรรเทาอาการไอของลูกน้อย เมื่อลูกไอไม่หยุด พร้อมวิธีดูแลและป้องกัน
- จุกหลอก ดีกับลูกน้อยจริงไหม จุกนมหลอก ข้อดีข้อเสียมีอะไรบ้าง
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้
- นิทานเด็กทารกสำคัญกับลูกไหม คุณแม่ควรอ่านเรื่องอะไรให้ลูกน้อยฟังดี

อ้างอิง:

1. คลินิกไข้สูง, โรงพยาบาลเพชรรัตน์
2. เช็ดตัวลูกอย่างไร? ป้องกันภาวะชักจากไข้สูงได้, โรงพยาบาลแพทย์รังสิต
3. หนาวสั่น (Chills), HDmall
4. ภาวะไข้ – ชักในเด็ก, โรงพยาบาลแมคคอร์มิค
5. พร้อมรับมือหากลูกมีอาการชักจากไข้สูง, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์

อ้างอิง ณ วันที่ 12 สิงหาคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่ท้อง พร้อมปฏิทินการตั้งครรภ์



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์

โปรโมชัน