

# ภาวะไข้ในเด็ก

งานคัดกรอง-ปฐมพยาบาล

ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

# ภาวะไข้ในเด็ก

แสงเรือง พิงอ้วน พยาบาลเทคนิคชำนาญงาน  
นันทวัน รัชฎาภรณ์กุล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ  
พันธุ์ทิพย์ ภักดีพัฒนานทร พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

อาการตัวร้อนหรือภาวะไข้ เป็นอาการแสดงขั้นต้นที่บ่งบอกว่าร่างกายของเด็กๆ แสดงการตอบสนองต่อการติดเชื้อ ทำให้ส่วนควบคุมอุณหภูมิที่สมองส่วนไฮโปทาลามัสเกิดการเพิ่มค่าขึ้น ส่งผลให้กลไกในการระบายความร้อนของร่างกายผิดปกติ และเซลล์ประสาทอาจเกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นทำให้เกิดภาวะชักจากไข้สูง (febrile convulsion) ได้ ซึ่งพบได้มากในผู้ป่วยเด็กอายุระหว่าง 3 เดือนถึง 5 ปี

- 1.การวัดอุณหภูมิกาย
- 2.การเช็ดตัวลดไข้
- 3.ยาลดไข้
- 4.ภาวะชักจากไข้สูง

## 1. การวัดอุณหภูมิกาย

การวัดอุณหภูมิเป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้ประเมินภาวะไข้ การวัดไข้มีหลายวิธี ดังนี้

### 1.1 การวัดอุณหภูมิทางปาก

การวัดอุณหภูมิทางปากเป็นวิธีที่ง่าย ผลการวัดเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว สอดคล้องตามอุณหภูมิของแกนร่างกาย แต่การวัดอุณหภูมิทางปากต้องการความร่วมมือของผู้ถูกตรวจ จึงใช้ไม่ได้กับผู้ป่วยทุกราย โดยเฉพาะในเด็กเล็ก ผู้ใหญ่ที่ไม่ร่วมมือ และผู้ที่ใส่เครื่องช่วยหายใจปาก ค่าปกติของอุณหภูมิทางปาก คือ  $37.7^{\circ}\text{C}$  ( $99.9^{\circ}\text{F}$ ) การวัดอุณหภูมิทางปากควรใช้ในเด็ก 5 ปีขึ้นไป

### 1.2 การวัดอุณหภูมิทางทวารหนัก

การวัดอุณหภูมิทางทวารหนัก เป็นการวัดอุณหภูมิของแกนร่างกายที่แม่นยำมากที่สุดและอุณหภูมิที่ได้จากการวัดทางทวารหนักสูงกว่าตำแหน่งอื่นๆ เนื่องจากการสร้างความร้อนขึ้น โดยแบคทีเรียในอุจจาระ ค่าเฉลี่ยของอุณหภูมิที่วัดทางทวารหนัก สูงกว่าค่าที่วัดทางปากในเวลาเดียวกัน  $0.4$  องศาเซลเซียส และสูงกว่าค่าที่วัดทางแก้วหู  $0.8$  องศาเซลเซียส ค่าปกติของอุณหภูมิทางทวารหนักคือ  $37.5 - 38.3^{\circ}\text{C}$  ( $100-101^{\circ}\text{F}$ )

### 1.3 การวัดอุณหภูมิทางแก้วหู

การวัดอุณหภูมิทางหู โดยใช้รังสีอินฟราเรดเป็นตัวนำการอ่านอุณหภูมิ เป็นวิธีที่ง่ายและสะดวก ปัจจุบันนิยมใช้กันมากในหอผู้ป่วยหนักและคลินิกต่างๆ แก้วหูเป็นตำแหน่งที่เหมาะสมที่สุดสำหรับการ

วัดอุณหภูมิของแกนร่างกาย เนื่องจากถูกหล่อเลี้ยงด้วยแขนงของหลอดเลือดแดงที่ไปเลี้ยงศูนย์ควบคุมอุณหภูมิของร่างกาย ค่าปกติของอุณหภูมิทางหู คือ 37.1 °C (98.9 °F)

#### 1.4 การวัดอุณหภูมิทางรักแร้

เป็นวิธีการวัดอุณหภูมิที่เหมาะสม และแม่นยำในทารกแรกเกิด แต่ไม่ดีในเด็กโต และผู้ใหญ่ ค่าปกติของอุณหภูมิทางรักแร้ คือ 37.2 °C (99.0 °F)

เนื่องจากภาวะไข้ มีสาเหตุจากการเจ็บป่วยด้วยโรคใดโรคหนึ่ง การรักษาต้นเหตุของการเกิดไข้ที่มีสาเหตุมาจากโรคร้ายแรง ต้องพบแพทย์เพื่อรับการรักษาโรคที่เป็นสาเหตุของการเกิดไข้ การลดไข้เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการรักษา ซึ่งการลดไข้ที่ใช้ประกอบด้วย การใช้ยาลดไข้ อาจเป็นพาราเซตามอล และการเช็ดตัวลดไข้ หรือการใช้ยาและการเช็ดตัวลดไข้ร่วมกัน เมื่อเด็กเล็กมีไข้ การลดไข้ถือเป็นเรื่องจำเป็นเร่งด่วน



#### 2.การเช็ดตัวลดไข้

ควรเช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดาหรือน้ำอุ่น เพราะช่วยให้เส้นเลือดขยายตัว ผิวหนังระบายความร้อนได้ดีและป้องกันการเกิดอาการหนาวสั่นระหว่างเช็ดตัว ไม่ควรใช้น้ำเย็นจัด เพราะจะทำให้หลอดเลือดตีบและระบายความร้อนออกจากร่างกายได้ยาก นอกจากนี้ยังทำให้เกิดอาการหนาวสั่นได้ การเช็ดตัวจะทำให้หลอดเลือดที่ผิวหนังขยายตัว เป็นวิธีการเพิ่มการระบายความร้อนออกจากร่างกาย โดยกระบวนการนำความร้อนจากร่างกายสู่ผ้าเปียกที่ใช้เช็ดตัว การระเหยของน้ำจากผิวหนัง และการพาความร้อนจากผิวหนังที่เปิดเผยขณะเช็ดตัว การให้สวมเสื้อผ้าที่เหมาะสม ความร้อนจะถูกนำจากผิวหนังผ่านเสื้อผ้าไปสู่อากาศโดยรอบ

ควรให้ยาลดไข้ทันทีเมื่อมีไข้ร่วมกับการเช็ดตัวลดไข้ ยาลดไข้จะออกฤทธิ์ลดไข้หลังรับประทานยา 30 นาทีและออกฤทธิ์สูงสุด 1 ชั่วโมง คงสภาพได้ 4 ชั่วโมง ดังนั้นหากไข้สูงระหว่างมียา ให้เช็ดตัวลดไข้ หากมีอาการหนาวสั่นควรให้ความอบอุ่นก่อนแล้วจึงเช็ดตัว การเช็ดตัวโดยใช้ผ้าขนหนูผืนเล็กชุบน้ำให้ชุ่ม มีการพับผ้าไว้ตามซอกคอ ซอกรักแร้ ข้อพับแขน ข้อพับขา ซอกขาหนีบ 3 - 5 นาที เพื่อระบายความร้อน เนื่องจากเป็นที่รวมของเส้นเลือดจะระบายความร้อนได้ดี การเช็ดตัวลดไข้จะช่วยให้อาการความร้อนจากหลอดเลือดสู่ผิวหนังและสู่ผ้าเปียก ตามลำดับ

อุปกรณ์ 1. กะละมังเช็ดตัวพร้อมน้ำ

2. ผ้าขนหนูผืนเล็ก 2 - 4 ผืน

3. ผ้าเช็ดตัวผืนใหญ่ 1 ผืน

ขั้นตอนการปฏิบัติ

1. เตรียมของใช้และน้ำให้พร้อม เลือกใช้น้ำตามความเหมาะสม ใช้น้ำอุ่นหรือ น้ำธรรมดา หากใช้น้ำแข็งเช็ดตัว จะทำให้หลอดเลือดหดตัวและระบายความร้อนออกได้ยาก และยังทำให้เกิดอาการหนาวสั่น และเจ็บปวดตามกล้ามเนื้อจากการหนาวสั่น ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการชักกลับได้

2. แจ้งให้ผู้ป่วยทราบ

3. ปิดพัดลมหรือเครื่องปรับอากาศ เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยหนาวสั่นขณะเช็ดตัว

4. ห่มผ้าให้ผู้ป่วย ถอดเสื้อผ้าออก

5. ใช้ผ้าขนหนูผืนเล็กชุบน้ำให้ชุ่ม มีการพอกผ้าไว้ตามซอกคอ ซอกรักแร้ ข้อพับแขน ข้อพับขา ซอกขาหนีบ 3 ถึง 5 นาทีเพื่อ ระบายความร้อน เนื่องจากเป็นที่รวมของเส้นเลือดจะระบาย ความร้อนได้ดี การเช็ดตัวลดไข้ จะช่วยให้ถ่ายเทความร้อนจากหลอดเลือดสู่ผิวหนังและสู่ผ้าเปียกตามลำดับ

- การเช็ดตัวให้เช็ดบริเวณหน้า พกผ้าไว้บริเวณหน้าผากและซอกคอ

- การเช็ดลำตัว โดยถูบเข้าหาตำแหน่งของหัวใจ ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

- การเช็ดแขน โดยใช้ผ้าชุบน้ำถูบแขนที่ละข้าง จากปลายแขนเข้าหาหัวใจ พกไว้ที่ข้อพับ ซอกรักแร้สักครู่ และให้ผู้ป่วยกำผ้าไว้ ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

- การเช็ดขา โดยใช้ผ้าชุบน้ำถูบขาที่ละข้างจากปลายขาเข้าหาหัวใจ พกไว้ที่ข้อพับ ได้เข้า ซอกขาหนีบ สักครู่ ทำซ้ำ 2-3 ครั้ง

- ถูบตัวบริเวณด้านหลัง โดยให้ผู้ป่วยตะแคงตัว เริ่มจากบริเวณต้นคอเข้าหาหัวใจ

- ถ้ามีอาการหนาวสั่น ให้หยุดเช็ดตัวทันที เพราะถ้าเช็ดแล้วหนาวสั่น จะยิ่งทำให้ไขสูงขึ้นได้

- เปลี่ยนผ้าชุบน้ำบ่อยๆ ทุก 2 – 3 นาที

- ควรเปลี่ยนน้ำในอ่างบ่อยๆ เพื่อรักษาอุณหภูมิของน้ำให้คงที่

- ควรให้ผู้ป่วยดื่มน้ำสะอาดมากๆ อย่างน้อย 2 - 3 แก้ว ขณะที่เช็ดตัว น้ำจะช่วย

ขับความร้อนออกจากร่างกายทางปัสสาวะ

- ใช้เวลาเช็ดตัวประมาณ 10 – 15 นาที

6. หลังเช็ดตัว ซับตัวผู้ป่วยให้แห้ง แล้วสวมเสื้อผ้าที่เบาสบาย ไม่หนา เพราะจะทำให้ความร้อนเพิ่มขึ้น ควรหลีกเลี่ยง การใช้แป้งฝุ่นหรือทาโลชั่นหลังเช็ดตัวลดไข้ เพราะแป้งฝุ่นหรือโลชั่น จะไปอุดรูขุมขน ทำให้การระบายความร้อนออกได้น้อยลง

7. เก็บของใช้ให้เรียบร้อย บันทึกในบันทึกทางการพยาบาล

8. หลังจากเช็ดตัวประมาณ 30 นาที วัดอุณหภูมิของร่างกายว่าไข้ลดลงหรือไม่



# วิธีเช็ดตัวเด็กที่ถูกต้อง เมื่อลูกน้อยเป็นไข้



1

ใช้น้ำอุ่น หรือน้ำ  
ธรรมดาเช็ดตัว

2

ปิดพัดลม  
หรือเครื่องปรับอากาศ

3

ใช้ผ้าขนหนูผืนเล็ก  
ชุบน้ำให้ชุ่มเช็ดบริเวณ  
หน้า ลำตัว แขน ขา

4

ให้เช็ดตัวจากปลายมือ  
ปลายเท้า เข้าสู่ลำตัว

5

ขณะเช็ดตัวให้  
ออกแรงเหมือนถูตัว

6

หมั่นเปลี่ยน  
ผ้าชุบน้ำบ่อย ๆ

7

พักผ้าไว้บริเวณศีรษะ  
ซอกคอ ซอกรักแร้  
และขาหนีบ

8

ควรเช็ดตัว  
ประมาณ 10-15 นาที

9

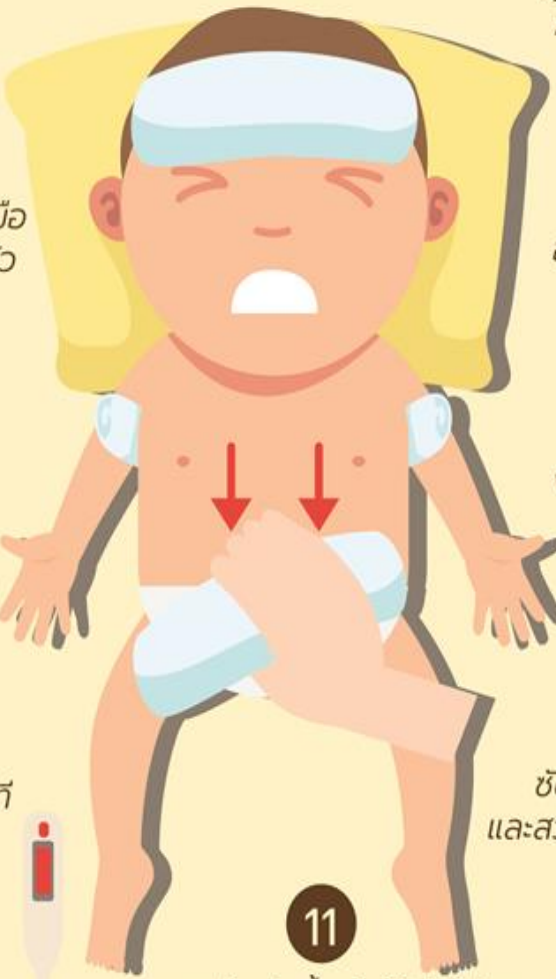
ซับตัวเด็กให้แห้ง  
และสวมเสื้อผ้าที่เบาสบาย

10

วัดไข้ซ้ำอีกรอบ

11

หากเช็ดตัวซ้ำแล้วยังไม่ลด  
ควรรับพาเด็กไปพบแพทย์



## ข้อควรระวังในการเช็ดตัวเด็ก

หากมีอาการหนาวสั่น ควรหยุดเช็ดตัวทันที  
และหากอาการยังไม่ดีขึ้น ควรรับพาเด็กไปพบแพทย์



### 3.การให้ยาลดไข้

ยาลดไข้เป็นเพียงยาบรรเทาไม่ใช่ยารักษาสาเหตุที่ทำให้เกิดไข้ กล่าวคือ

-เมื่อกินยา 1 ครั้ง ยาจะออกฤทธิ์ลดไข้อยู่ได้นาน 4-6 ชั่วโมง ถ้าสาเหตุที่ทำให้เกิดไข้ยังไม่หาย เมื่อยาหมดฤทธิ์แล้ว ไข้ก็จะปรากฏใหม่ ก็คอยให้ยาใหม่ ถ้ามีไข้ไม่สูง มีเพียงศีรษะอุ่น ไม่กวน หรือกระวนกระวาย ไม่มีความจำเป็นต้องใช้ยาลดไข้ เพราะยาลดไข้เป็นเพียงยาระงับหรือบรรเทาไข้ชั่วขณะหนึ่งเท่านั้น

#### 1. พาราเซตามอล หรือ อะเซตามิโนเฟน

ขนาดยาที่ใช้ 10-15 มก./กก./เมื่อ เข้าได้ทุก 4 ชม. เมื่อกลับมีไข้อีก

ยาปรุงสำเร็จ ชนิดหยด 1 มล. มีตัวยา 100 มก.

ชนิดน้ำเชื่อม 1 ช้อนชา (5 มล.) มีตัวยา 120, 250 มก.

ชนิดเม็ด 1 เม็ด มีตัวยา 325, 500 มก.

พิษของยา ขนาดสูงเกิน ทำให้ตับถูกทำลาย และอาจทำให้เสียชีวิตจากตับล้มเหลว



### 4.ภาวะชักจากไข้สูง

อาการชักที่เกิดขึ้นหลังจากมีไข้ โดยมีสาเหตุของไข้จะเป็นอะไรก็ตาม เช่น การอักเสบหรือการติดเชื้อที่ระบบใดระบบหนึ่งของร่างกาย โดยไม่รวมถึงที่สมองและเยื่อหุ้มสมอง ทั้งนี้ไม่รวมเด็กที่เคยมีอาการชักโดยไม่มีไข้มาก่อน (non-febrile seizure) แยกได้จาก Epilepsy ซึ่งเป็นการชักโดยไม่มีไข้ซ้ำๆ กัน

ภาวะชักจากไข้สูง อาจแบ่งได้เป็น 2 ชนิด คือ

#### 1.Primary Febrile Convulsion

เด็กจะไม่มีอาการ หรืออาการแสดงให้เห็นว่ามีสมองผิดปกติมาก่อน แต่จะมีอาการชักเกิดขึ้นตามหลังอาการไข้สูงมากเกินกว่า 39.0 องศาเซลเซียส (102.2 องศาฟาเรนไฮต์)

#### 2.Secondary Febrile Convulsion

เด็กมีอาการผิดปกติทางสมองมาก่อน เช่น มีศีรษะเล็ก หรือโตกว่าปกติ ร่างกายเป็นอัมพาต มีประวัติการเจริญเติบโตช้า หลังจากหยุดชักแล้ว การตรวจร่างกายทางระบบประสาทอาจจะพบความผิดปกติ เช่น มีอัมพาตของร่างกายซีกใดซีกหนึ่ง เด็กในกลุ่มนี้มีโอกาสที่จะเกิดโรคลมชักได้

## กลไกของการเกิดอาการชักจากไข้

ไขมีส่วนสำคัญอย่างหนึ่งที่สามารถจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของเมตะบอลิซึมของเซลล์ประสาทของสมอง ทำให้เซลล์ประสาทรุนแรงต่อการที่จะเกิดการชักมากขึ้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอายุและการเจริญของสมองด้วย สมองที่เจริญเต็มที่มากขึ้นจะมีการเปลี่ยนแปลงของเมตะบอลิซึมหลังจากที่เกิดไข้น้อยลง โอกาสที่จะเกิดอาการชักน้อยลง

## มีโอกาสดชักซ้ำ ถ้ามีไข้สูงอีกหรือไม่

โดยทั่วไป ประมาณ 1 ใน 3 ของผู้ป่วยจะมีโอกาสชักซ้ำได้ถ้ามีไข้สูง จนกว่าจะอายุมากกว่า 5-6 ปี ส่วนในรายที่เริ่มมีอาการชักจากไขครั้งแรกก่อนอายุ 1 ปี และมีประวัติคนในครอบครัวมีภาวะนี้ในตอนเด็ก อาจมีโอกาสดชักซ้ำได้มากขึ้น

## คำแนะนำเมื่อพบผู้ป่วยมีไข้สูงและมีภาวะชัก

ก่อนมีอาการชัก ถ้าเด็กมีไข้สูงเกิน 38 องศาเซลเซียสขึ้นไป ควรเช็ดตัวด้วยน้ำธรรมดาหรือน้ำอุ่นเพื่อให้ไข้ลดลง เนื่องจากน้ำอุ่นช่วยกระตุ้นให้เส้นเลือดที่ผิวหนังขยายตัว และน้ำเป็นตัวช่วยพาความร้อนระเหยออกมาจากร่างกาย ถ้าหลังจากเช็ดตัวไข้ไม่ลดลง ควรให้ยาลดไข้

## กรณีเมื่อเด็กมีอาการชักเกร็ง

1. ตั้งสติ อย่าตกใจ จับผู้ป่วยนอนตะแคงศีรษะไปข้างใดข้างหนึ่ง ป้องกันการสำลัก ห้ามใช้นิ้วหรือวัสดุใดๆ ล้วงจับปากผู้ป่วย คู่มือทางเดินหายใจให้โล่งสะดวก
2. ขณะชักไม่ควรให้ยาหรือน้ำ จะทำให้สำลักเข้าหลอดลมได้
3. ถ้าเด็กมีการหยุดหายใจหรือหายใจติดขัด หน้าเขียว ผิวหนังซีดเขียว ควรเตรียมให้ออกซิเจนทันที
4. สังเกตอาการของเด็ก ลักษณะท่าทางการชัก และการกลืนกลืน การหายใจ เวลาในการชัก และลงบันทึก

5. หลังเด็กชัก สังเกตพฤติกรรมของเด็ก เกี่ยวกับระดับสติสัมปชัญญะของเด็ก และเด็กสามารถกลืนอาหารได้หรือไม่

6. ให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวขณะกลับไปอยู่บ้าน เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวเมื่อเด็กมีไข้ เพื่อป้องกันการเกิดอาการจากไข้สูง และการปฏิบัติเมื่อเกิดอาการชักแก่พ่อแม่ของเด็ก เช่น เมื่อเกิดอาการชัก ไม่ควรนำอะไรใส่ปากเด็ก เพื่อป้องกันการอุดตันทางเดินหายใจ จับเด็กตะแคงหน้าไปข้างใดข้างหนึ่ง เพื่อป้องกันสำลักน้ำลายและอาเจียน หากมีเศษอาหารอยู่ในปาก ให้ควักเศษอาหารในปากออก รีบนำเด็กส่งโรงพยาบาล

### เอกสารอ้างอิง

1. อาจารย์ ดร.กรรณิกา เจิมเทียนชัย (อินเทอร์เน็ต). (เข้าถึงเมื่อ 28 พฤษภาคม 2563). เข้าถึงได้จาก [http://www.elnurse.ssrui.ac.th/kunnika\\_je/](http://www.elnurse.ssrui.ac.th/kunnika_je/)
2. ศ.เกียรติคุณ นพ.เกียรติศักดิ์ จิระแพทย์ ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล (อินเทอร์เน็ต).2563 (เข้าถึงเมื่อ 27 พฤษภาคม 2563).เข้าถึงได้จาก <https://www.si.mahidol.ac.th/th/healthdetail.asp?aid=274>
3. ผศ.ทัศนียา วังสะจันทนนท์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. เมื่อเด็กเล็กมีไข้ ดูแลอย่างไรดี (อินเทอร์เน็ต).2555 (เข้าถึงเมื่อ 27 พฤษภาคม 2563).เข้าถึงได้จาก [http://nurse.swu.ac.th/2555/file/บริการวิชาการ/แผ่นพับ\\_ลดไข้\\_อาจารย์หนู.pdf](http://nurse.swu.ac.th/2555/file/บริการวิชาการ/แผ่นพับ_ลดไข้_อาจารย์หนู.pdf)
4. โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์ บทความสุขภาพ ชักจากไข้สูง (Febrile Convulsion) (อินเทอร์เน็ต). 2561.(เข้าถึงเมื่อ 27 พฤษภาคม 2563).เข้าถึงได้จาก <https://www.siphospital.com/th/news/article/share/618>
5. อ.นพ.สรวิศ วีรวรรณ ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล(อินเทอร์เน็ต).2554 (เข้าถึงเมื่อ 27 พฤษภาคม 2563).เข้าถึงได้จาก <https://www.si.mahidol.ac.th/sidoctor/epl/article/detail.asp?id=880>
6. Knowledge Boromarajonani Chon Buri (อินเทอร์เน็ต).2560 (เข้าถึงเมื่อ 27 พฤษภาคม 2563).เข้าถึงได้จาก <http://164.115.41.60/knowledge/?m=20170>