



วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้

ภาษา

วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด อาการทารกเป็นไข้ ทารกตัวร้อน พร้อมวิธีวัดไข้

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

เม.ย. 1, 2024

8 นาที

เมื่อลูกน้อยมีอาการตัวร้อนคล้ายมีไข้ คุณพ่อคุณแม่ควรวัดไข้ทันที หากวัดอุณหภูมิทางปาก รักแร้ หู ได้เกิน 37.5 องศาเซลเซียส หรือวัด ทางทวารหนัก เกิน 38 องศาเซลเซียส ก็จะได้ว่ามีไข้ แต่คุณแม่ต้องมั่นใจว่าการวัดไข้ถูกวิธี และใช้ปรอทหรืออุปกรณ์ที่ได้มาตรฐาน โดยถ้าใช้ปรอทต้องหนีบให้อยู่ตรงกึ่งกลางรักแร้ หากเด็กโตแล้วควรวัดทางปาก และวัดนานประมาณ 1 นาที และหากลูกมีไข้ ควรหมั่นเช็ดตัวบ่อย ๆ เพื่อช่วยระบายความร้อน และควรอยู่ในห้องที่อากาศถ่ายเท ถ้าเปิดแอร์ ควรปิดแอร์ก่อนเช็ดตัวลูก ใส่เสื้อผ้าที่ไม่หนา ผ้าโปร่ง และควรระวังเป็นพิเศษสำหรับเด็กที่อายุน้อยกว่า 6 ปี และมีไข้สูง เพราะอาจเกิดการชักจากไข้สูงได้

สรุป

- หากวัดอุณหภูมิทางปาก รักแร้ หู ได้เกิน 37.5 องศาเซลเซียส หรือวัด ทางทวารหนัก เกิน 38 องศาเซลเซียส ก็จะได้ว่ามีไข้
- ก่อนเริ่มวัดไข้ให้ลูก ควรสังเกตปรอทให้แสดงอุณหภูมิต่ำกว่า 36 องศาเซลเซียส เด็กแรกเกิด

สามารถวัดไข้ได้จากปรอทวัดไข้ทางทวารหนัก เด็กเล็กวัดไข้ตำแหน่งกึ่งกลางรักแร้ และเด็กโตหรืออายุมากกว่า 6 ปี ให้วางปรอทที่ตำแหน่งใต้ลิ้น

- การลดไข้เบื้องต้นที่ได้ผลมีหลายวิธี เช่น การเช็ดตัวระบวยความร้อนออกจากร่างกายผ่านน้ำตามปริมาณที่เหมาะสม ดื่มน้ำมาก ๆ ซดเชยการสูญเสีย และสวมใส่เสื้อผ้าที่โปร่งเบาสบาย

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- เด็กทารกเป็นไข้ จะมีอาการอะไรให้เห็นบ้าง
- วิธีวัดไข้ให้ทารกตัวร้อน ให้ได้ผลชัวร์
- ทารกตัวร้อนอุณหภูมิเท่าไร ถือว่าเป็นไข้สูง
- วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด ทำวิธีไหนได้บ้าง
- เช็ดตัวลดไข้ให้ทารก ต้องทำซ้ำกี่ครั้ง
- ทารกตัวร้อน เป็นไข้ ก็วันถึงควรพาไปหาหมอ
- อาการทารกเป็นไข้แบบไหน เข้าข่ายอันตราย

เด็กทารกเป็นไข้ จะมีอาการอะไรให้เห็นบ้าง

ในเบื้องต้น แบ่งอาการตัวร้อนและมีไข้เป็นกลุ่มอาการที่ควรไปพบแพทย์ และไม่ต้องไปพบแพทย์ ดังนี้

- หากเด็กเป็นไข้แต่ยังสามารถรับประทานอาหารได้ ไม่ซึม เล่นสนุกตามปกติ คุณแม่ก็อาจยังไม่จำเป็นต้องพาไปพบคุณหมอ แต่ควรเช็ดตัวเด็กด้วยน้ำอุณหภูมิธรรมดา โดยเช็ดย้อนขึ้น เช่น เช็ดจากปลายมือไปต้นแขนและลำตัว ตามลำดับ เป็นต้น หมั่นพักผ้าชุบน้ำบริเวณข้อพับ หน้าผาก รักแร้ และซอกคอ ห้ามอาบน้ำเย็นเพราะอาจเกิดอันตรายได้ รวมถึงให้เด็กดื่มน้ำเยอะขึ้น เพื่อป้องกันการขาดน้ำ สวมใส่เสื้อผ้าที่ถ่ายเทได้ดี และหมั่นสังเกตอาการผิดปกติของลูกบ่อย ๆ
- กรณีที่ควรต้องพาไปพบแพทย์โดยทันที คือ เด็กมีอายุน้อยกว่า 3 เดือน และวัดอุณหภูมิทางทวารหนักได้มากกว่า 38 องศาเซลเซียส หรือลูกรับประทานอาหารได้น้อย ปากแห้ง ปัสสาวะน้อยลง มีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย เช่น เจ็บคอ ปวดหู มีผื่นขึ้น หรือปวดศีรษะอย่างรุนแรง ปวดท้อง นำลายไหล รวมถึงระวังไข้สูงจนมีอาการชักได้ด้วย

วิธีวัดไข้ให้ทารกตัวร้อน ให้ได้ผลชัวร์

- ก่อนเริ่มวัดไข้ให้ลูก ควรสลับปรอทให้แสดงอุณหภูมิต่ำกว่า 36 องศาเซลเซียส ทุกครั้ง
- ถ้าเด็กเล็กที่อายุน้อยกว่า 6 ปี อาจวัดปรอททางรักแร้ โดยวางให้กึ่งกลางรักแร้ และให้หนีบนานอย่างน้อย 3-5 นาที ซึ่งหากวัดไข้ทางรักแร้ต้องเพิ่มอุณหภูมิจากที่วัดได้อีก 0.5 องศาเซลเซียส เช่น หากวัดไข้ได้ 38 องศาเซลเซียส เมื่อบวกอีก 0.5 จะได้อุณหภูมิร่างกายจริง คือ 38.5 องศาเซลเซียส ซึ่งถือเป็นไข้สูง ยกเว้นปรอทวัดไข้แบบดิจิทัล ไม่ต้องบวกเพิ่มอีก 0.5 ให้ยึดตามตัวเลขที่แสดงบนปรอทได้เลย

- กรณีเด็กอายุมากกว่า 6 ปี หรือเด็กที่สามารถอมปรอทได้แล้ว ให้วางปรอทที่ตำแหน่งใต้ลิ้น นานประมาณ 1 นาที และห้ามดื่มน้ำเย็นหรือน้ำร้อนก่อนวัดไข้อย่างน้อย 15 นาที
- กรณีเด็กแรกเกิด สามารถวัดไข้ได้จากปรอทวัดไข้ทางทวารหนัก โดยใส่เข้าไปที่ก้นประมาณ 1-2 เซนติเมตร นาน 1 นาที แต่ไม่ควรใช้กับเด็กที่มีอาการถ่ายเหลวร่วมด้วย



ทารกตัวร้อนอุณหภูมิเท่าไร? ถือว่าเป็นไข้สูง

อาการไข้สูงในเด็ก (High fever in Children) คือเมื่อเด็กมีไข้สูงอุณหภูมิตั้งแต่ 38.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ซึ่งคุณพ่อคุณแม่ต้องดูแลและทำการเช็ดตัวให้เด็กจนไข้ลด เพราะเด็กอาจเกิดอาการชักได้ โดยเฉพาะกับเด็กที่อายุน้อยกว่า 6 ปี เพราะหากเคยมีอาการชักแล้ว เด็กมีโอกาที่จะชักซ้ำได้อีก มากกว่าเด็กปกติถึง 30 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งอาการชักจากไข้สูง จะมีลักษณะ ตาค้าง ไม่รู้สึกตัว ชักเกร็งทั้งตัว และชักไม่เกิน 5 นาที เมื่อคุณพ่อคุณแม่พบอาการชัkdังกล่าว ควรรีบให้เด็กนอนตะแคง เพื่อป้องกันเศษอาหารอุดกั้นทางเดินหายใจ และรีบพาไปพบแพทย์โดยทันที ห้ามนำของแข็งหรือช้อนเข้าปากเด็กโดยเด็ดขาด เพราะอาจเกิดอันตรายได้ แต่ให้ใช้ผ้านุ่มใส่ปากกรณีที่เด็กมีการกัดลิ้น

วิธีลดไข้ทารกแรกเกิด ทำวิธีไหนได้บ้าง

- **เช็ดตัว** เป็นการลดไข้ด้วยการระบายความร้อนออกจากร่างกายผ่านน้ำ ทำให้หลอดเลือดขยายตัวและระบายความร้อนได้ดี ซึ่งควรเช็ดตัวด้วยน้ำอุณหภูมิประมาณ 27-37 องศาเซลเซียส และไม่เกิน 40 องศาเซลเซียส
- **ให้ดื่มน้ำเยอะ ๆ** เพื่อช่วยลดไข้ และชดเชยการสูญเสียน้ำจากร่างกายในขณะที่มีไข้
- **ให้ใส่เสื้อผ้าที่เย็นสบาย** ไม่ควรใส่เสื้อผ้าหนา หรือห่มผ้าหนาจนเกินไป เพราะร่างกายอาจระบายความร้อนได้ไม่ดีเท่าที่ควร

เช็ดตัวลดไข้ให้ทารก ต้องทำซ้ำกี่ครั้ง

การเช็ดตัวลดไข้ให้ได้ผลที่ดี ควรถอดเสื้อผ้าเด็กออก และอยู่ในอุณหภูมิห้องที่ปกติ จากนั้นนำผ้าขนหนูชุบน้ำอุณหภูมิปกติ บิดหมาด ๆ และเช็ดบริเวณหน้า คอ หลังหู แขนขา หลัง และลำตัว โดยเช็ดนาน 2-3 นาทีในแต่ละจุด มีการพอกผ้าที่หน้าผาก รักแร้ หน้าอก ขาหนีบหรือข้อพับที่เข้า จุดละ 2-3 นาที โดยการเช็ดตัวแต่ละรอบไม่ควรน้อยกว่า 15-20 นาที หรือจนรู้สึกว่เด็กอุณหภูมิลดลง จากนั้นใช้ผ้าแห้งซับน้ำและสวมเสื้อผ้าที่ถ่ายเทได้ดี และควรวัดไข้ทุก ๆ 30 นาที และเช็ดตัวซ้ำหากมีไข้สูง

ทารกตัวร้อน เป็นไข้ กี่วันถึงควรพาไปหาหมอ

หากลูกตัวร้อนมีไข้ และไข้ไม่ลดลงเลยภายหลังเช็ดตัว และอาการไม่ดีขึ้นภายใน 2-3 วัน คุณแม่ควรพาไปปรึกษาแพทย์ โดยหากมีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วยหรืออาการที่รุนแรงควรรีบพบแพทย์ทันที เช่น อาเจียนและท้องเสียอย่างต่อเนื่อง ปวดศีรษะ เจ็บคอ เจ็บหู เจ็บขณะปัสสาวะ ตื่นยาก ริมฝีปากหรือเล็บเปลี่ยนสีเป็นเขียวคล้ำ ขยับคอลำบาก เป็นต้น

อาการทารกเป็นไข้แบบไหน เข้าข่ายอันตราย

- **อาเจียน** และมีอาการท้องเสียร่วมด้วยอย่างต่อเนื่อง
- **ร้องไห้แแงไม่หยุด** ร้องไห้ไม่มีน้ำตา ถึงจะเบี่ยงเบนความสนใจแล้วก็ตาม
- **ซีม อ่อนเพลียมาก** รวมถึงเฉื่อยชา และนอนมาก ตื่นยาก
- **ปัสสาวะน้อยลง** อาจเป็นผลจากภาวะขาดน้ำ และมีอาการปากแห้ง ร้องไห้ไม่มีน้ำตา
- **มีผื่นขึ้นที่ลำตัว** หรือแขนขา
- **ไข้ไม่ลดลง** หลังจากเช็ดตัวแล้ว และอาการไม่ดีขึ้นภายใน 2-3 วัน
- **มีอาการชักเกร็ง** ซึ่งเป็นอาการแทรกซ้อนที่อันตราย พบได้ในเด็ก 6 เดือน ถึง 6 ปี ซึ่งหากมีประวัติของคนในครอบครัวเคยชัก ต้องคอยเฝ้าระวังเป็นพิเศษ

เด็กบางรายอาจมีไข้แต่ไม่มีน้ำมูก แต่เมื่อลูกน้อยมีไข้ คุณพ่อและคุณแม่ควรรีบวัดไข้โดยทันที

เพื่อประเมินความรุนแรงของไข้ และทำการเช็ดตัวให้ถูกวิธีเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการลดไข้ด้วยการระบายความร้อนผ่านหน้า และหากลูกมีไข้สูงหรือเกิน 38.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ หมั่นวัดไข้และเช็ดตัวทุก ๆ 30 นาทีด้วย หากอาการไม่ดีขึ้นหรือคุณพ่อคุณแม่ไม่สบายใจให้รีบพาไปพบแพทย์ และอย่าลืมดูแลสุขภาพของคุณพ่อและคุณแม่เองด้วย เพราะอาจติดอาการป่วยไข้จากลูกได้

*นมแม่มีสารอาหารกว่า 200 ชนิด รวมทั้ง แอลฟาแล็ค [แอลฟาแล็คตัลบูมิน] และ สฟิงโกไมอีลิน

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่

- สฟิงโกไมอีลิน และ แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน คืออะไร สำคัญอย่างไรต่อสมองลูกน้อย
- DHA สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองของลูกน้อย
- 2'-FL คืออะไร รู้จัก 2'-FL โอลิโกแซคคาไรด์ในนมแม่ (HMOs)
- นานนมเหลือง ที่มี แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน สารอาหารสำคัญ ช่วยพัฒนาสมองจากแม่สู่ลูก
- ลูกเป็นโรคภูมิแพ้ คุณแม่รับมือภูมิแพ้ในเด็กได้อย่างไร
- ลูกอ้วก ไม่มีไข้ ท้องเสีย เกิดจากอะไร คุณพ่อคุณแม่ รับมืออย่างไรดี
- อาการทารกท้องอืด พร้อมวิธีป้องกันและวิธีดูแลทารกท้องอืด
- สีอุจจาระทารก สีแบบไหนปกติ สีแบบไหนที่คุณแม่ต้องระวัง
- ลูกอุจจาระสีเขียวอันตรายไหม อีทาร์กสีเขียวบ่งบอกอะไรได้บ้าง
- ลูกท้องเสียให้กินอะไรดี ลูกท้องเสียก็วันหาย อาการแบบไหนเรียกรุนแรง
- ทารกไม่ถ่ายก็วันผึ่ปกติ ทารกตดบ่อย ลูกน้อยควรกินอะไรให้ขับถ่ายง่าย
- ทารกอุจจาระเป็นเม็ดมะเขือ อุจจาระเป็นเม็ด พร้อมวิธีป้องกันเบื้องต้น
- ทารกอุจจาระมีมูก ลูกท้องเสียถ่ายมีมูกเลือด แบบไหนที่ต้องระวัง
- วิธีนวดท้องให้ทารกถ่าย สำหรับลูกน้อยที่ท้องผูก ไม่ยอมถ่ายหลายวัน
- ลูกปวดท้องตรงสะดือเป็น ๆ หาย ๆ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกปวดท้อง

อ้างอิง:

1. ไข้สูงในเด็ก คุณพ่อคุณแม่รับมืออย่างไรดี?, โรงพยาบาลศิริรินทร์
2. ลูกตัวร้อน พ่อแม่ควรดูแลอย่างไร?, PabPad
3. เมื่อลูกไม่สบาย ลดไข้อย่างไรให้ถูกวิธี, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์
4. การวัดไข้อย่างไรให้ถูกวิธี, โรงพยาบาลสมิติเวช

อ้างอิง ณ วันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2567



แม่ผ้าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อลิ้น



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การซั้บถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์