



ลูกตัวร้อนอย่างเดียว ลูกเป็นไข้หลายวัน ไม่หาย รับมือยังไงดี

ภาษา

ลูกตัวร้อนอย่างเดียว ลูกเป็นไข้หลายวันไม่หาย รับมือยังไงดี

ดูแลลูกตามช่วงวัย

บทความ

พ.ค. 10, 2024

7 นาที

เมื่อลูกตัวร้อน หากคุณพ่อคุณแม่วัดไข้เด็กแล้วมีอุณหภูมิตั้งแต่ 37.8 องศาเซลเซียสขึ้นไป แสดงว่ามีไข้ แต่ถ้าวัดไข้แล้วอุณหภูมิตั้งแต่ 38.5 องศาเซลเซียส ถือว่ามีไข้สูง หากดูแลไข้เบื้องต้นด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น เช็ดตัว ให้ดื่มน้ำให้เพียงพอ ให้สวมเสื้อผ้าที่เบาสบาย ให้นอนในห้องที่อากาศถ่ายเทสะดวกแล้วไข้ยังไม่ลด ให้สังเกตดูว่าไข้สูงต่อเนื่อง หรือมีอาการอื่น เช่น มีผื่นขึ้นตามตัว อุจจาระมีเลือดปน ตาบวมและแดง ไปจนถึงอาการหายใจลำบาก อาเจียน อาการชัก แบบนี้ไม่ปกติแน่นอน ต้องรีบพาไปพบคุณหมอโดยด่วน

สรุป

- ลูกเป็นไข้ไม่ทราบสาเหตุ ส่วนหนึ่งอาจมาจากอากาศก็เป็นได้ เพราะปัจจุบันสภาพอากาศไม่ค่อยดีนัก ปัญหาฝุ่นควันที่เป็นอันตรายอาจทำให้ลูกเป็นไข้ไม่สบายได้
- การเช็ดตัวที่ถูกต้อง สามารถช่วยลดไข้ได้ ช่วยในการลดอุณหภูมิในร่างกายที่ดี โดยการเช็ดตัว เป็นการใช้น้ำชุบน้ำเช็ดตัวเพื่อช่วยถ่ายเทความร้อนออกจากร่างกาย

- อาการไข้ที่เป็นอันตราย สังเกตได้ ดังนี้ ไข้ไม่ลดลง มีผื่นขึ้นตามตัว อุจจาระมีเลือดปน ตาขาวและแดง ไปจนถึงอาการหายใจลำบาก อาเจียน อาการชัก แบบนี้ไม่ปกติแน่นอน ต้องรีบพาไปพบคุณหมอโดยด่วน

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- ลูกตัวร้อน ลูกเป็นไข้หลายวันไม่หาย เกิดจากอะไร
- ลูกตัวร้อน มีไข้ อาจเป็นเพราะไซนัสอักเสบเฉียบพลัน
- อุณหภูมิเท่าไร ถึงเรียกว่าลูกมีไข้
- ลูกตัวร้อนอย่างเดียว ไม่มีอาการอื่น ผิดปกติไหม
- วิธีดูแลลูกตัวร้อน ลูกเป็นไข้หลายวันไม่หาย
- อาการลูกตัวร้อน แบบไหนอันตราย
- ลูกตัวร้อนบ่อยแค่ไหน ถึงเรียกว่าผิดปกติ
- วิธีเช็ดตัวให้ลูกตัวร้อน ช่วยลดไข้ได้ไ้

ลูกตัวร้อน ลูกเป็นไข้หลายวันไม่หาย เกิดจากอะไร

สาเหตุของอาการตัวร้อน และมีอาการไข้ เกิดจากภาวะที่ร่างกายตอบสนองกับเชื้อโรคหรือสิ่งแปลกปลอมที่เข้ามาในร่างกาย โดยร่างกายจะหลั่งสารเคมีออกจากเซลล์เม็ดเลือดขาว ไปกระตุ้นสมองส่วนที่ควบคุมอุณหภูมิร่างกายให้ผลิตความร้อนออกมาเพื่อกำจัดสิ่งแปลกปลอมนั้น ทำให้ลูกมีอาการตัวร้อน หน้าแดง ตัวแดง เกิดจากเส้นเลือดฝอยที่ผิวหนังเกิดการขยายตัวเพื่อระบายความร้อนภายในร่างกาย เด็กบางคนอาจมีอาการทำเอ็น มือเย็นและซีดร่วมด้วย อาจทำให้ดูไม่ออกว่าตอนนี้ไข้กำลังขึ้นสูง ต้องวัดอุณหภูมิร่างกายจึงจะทราบว่า มีไข้ อาการตัวร้อนของลูกมีสาเหตุ ดังนี้

ติดเชื้อ

ทำให้ร่างกายเกิดอาการเจ็บป่วย เป็นกลไกธรรมชาติในการต่อสู้กับเชื้อโรค

การสร้างภูมิคุ้มกัน

ร่างกายก่อภูมิคุ้มกันเมื่อได้รับวัคซีน เมื่อรับวัคซีนแล้ว ร่างกายจะมีกลไกเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันต่อโรคนั้น ๆ และอาการไข้ สามารถเป็นส่วนหนึ่งของกลไกดังกล่าวได้ สวมใส่เสื้อผ้าที่หนาเกินไป และอยู่ในสภาพแวดล้อมที่อากาศไม่ถ่ายเท ทำให้อุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นได้ โดยเฉพาะในเด็กทารกหรือเด็กเล็ก ที่ร่างกายยังปรับอุณหภูมิได้ไม่ดีเท่ากับเด็กที่โตกว่าหรือผู้ใหญ่

ลูกตัวร้อน มีไข้ อาจเป็นเพราะไชนัสอักเสบ เฉียบพลัน

ลูกเป็นไข้ไม่ทราบสาเหตุอาจเกิดจาก ไชนัสอักเสบเฉียบพลัน คือ อาการโพรงจมูกบวมและติดเชื้อ ทำให้ขัดขวางการระบายของน้ำมูก ส่งผลให้น้ำมูกคั่งค้างในโพรงจมูก ทำให้หายใจไม่สะดวก ปวดศีรษะตบ ๆ บนใบหน้า และมีอาการบวมรอบดวงตา ไชนัสอักเสบเฉียบพลัน มีข้อสังเกต ดังนี้

- ปกติแล้วไชนัสอักเสบมักมีอาการ 7-10 วัน หากไม่มีการติดเชื้อแบคทีเรีย หากมีอาการนานเกินกว่า 7 วัน ควรรีบไปพบแพทย์
- ปวด บวม แดงบริเวณรอบดวงตา
- ปวดตึงคอ
- มีน้ำมูก สบสน
- มีไข้สูงหรือมีไข้ติดต่อกันมากกว่าหนึ่งสัปดาห์
- เห็นภาพซ้อนหรือสายตาเปลี่ยน
- มีอาการแย่ลงหลังจากที่ดูเหมือนอาการจะดีขึ้น

อุณหภูมิเท่าไร ถึงเรียกว่าลูกมีไข้

เมื่อลูกมีอาการตัวร้อน หากคุณพ่อคุณแม่วัดไข้ได้ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ถือว่าลูกมีไข้ ไข้แบ่งออกเป็นไข้ต่ำ และไข้สูง ดังนี้

- **ไข้ต่ำ** อุณหภูมิจะอยู่ระหว่าง 37.5-38.4 องศาเซลเซียส
- **ไข้สูง** อุณหภูมิจะมากกว่า 38.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป

ลูกตัวร้อนอย่างเดียว ไม่มีอาการอื่น ผิดปกติไหม

อุณหภูมิร่างกายถูกควบคุมโดยสมองส่วนไฮโปทาลามัส สมองส่วนนี้จะคอยส่งสัญญาณให้ร่างกายรักษาอุณหภูมิในระดับที่เหมาะสม ประมาณ 37 องศาเซลเซียส ซึ่งอาจเปลี่ยนแปลงได้เล็กน้อยในช่วงเช้า ร่างกายมักจะมีอุณหภูมิต่ำกว่าทุกช่วงเวลาของวัน ถือเป็นเรื่องปกติ และอุณหภูมิร่างกายจะเพิ่มสูงขึ้นเมื่อร่างกายเคลื่อนไหว

วิธีดูแลลูกตัวร้อน ลูกเป็นไข้หลายวันไม่หาย

1. เช็ดตัว

การเช็ดตัวเป็นการระบายความร้อนออกจากร่างกาย โดยอาศัยน้ำช่วยระบายความร้อน เพื่อให้หลอดเลือดขยายตัว น้ำที่ใช้เช็ดตัวอุณหภูมิอยู่ระหว่าง 27-37 องศาเซลเซียส แต่ไม่เกิน 40 องศาเซลเซียส

2. ให้ดื่มน้ำเยอะ ๆ

เมื่อลูกมีไข้ การดื่มน้ำเยอะ ๆ ช่วยลดไข้ ระบายความร้อนในร่างกาย และชดเชยน้ำที่ร่างกายสูญเสียไปขณะเป็นไข้ด้วย

3. ให้สวมเสื้อผ้าที่เบาสบาย

ทำให้ร่างกายระบายความร้อนได้ดี

4. ให้นอนในห้องที่อากาศถ่ายเทสะดวก

ห้องที่อากาศถ่ายเทสะดวก ไม่ร้อนเกินไป หรือหนาวเย็นเกินไป

อาการลูกตัวร้อน แบบไหนอันตราย

1. ไข้สูงต่อเนื่อง

ไข้สูงต่อเนื่อง หากไข้สูง 38.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป เช็ดตัวลดไข้ก็แล้ว แต่ไข้ยังไม่ยอมลด แบบนี้ต้องรีบพาไปพบคุณหมอโดยด่วน

2. มีผื่นขึ้นตามตัว

อาการลูกมีผื่นขึ้นตามตัว อาจเป็นอาการของไข่ออกผื่น มีอาการตัวร้อนพร้อมกับมีผื่นหรือตุ่มขึ้นตามตัว มักเกิดจากการติดเชื้อในกลุ่มไวรัส ได้แก่ หัดเยอรมัน อีสุกอีใส หรือว่าไข้ มีส่วนน้อยที่เกิดจากอาการแพ้ยา

3. อุจจาระมีเลือดปน

อุจจาระมีเลือดปนหรือถ่ายเป็นมูกเลือด สิ่งเหล่านี้อาจแสดงถึงอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นที่ลำไส้ ควรรีบไปพบคุณหมอ

4. ตาบวมและแดง

หากลูกมีไข้ตัวร้อน ลูกตัวร้อนอย่างเดียว แล้วมีอาการตาบวมและแดงร่วมด้วย ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจหาอาการและรักษาให้ทันที่

5. หายใจลำบาก

หายใจเหนื่อยหอบ อาจเป็นอาการโรกระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหอบหืดที่รุนแรง หรือบางครั้งอาจมีบางสิ่งอุดตันทางเดินหายใจ คุณพ่อคุณแม่ไม่ควรไว้ใจ เพราะเพียงไม่กี่นาทีอาจส่งผลถึงชีวิตได้ ควรรีบไปพบแพทย์

6. อาเจียน

อาการเด็กอาเจียน เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ร่างกายขาดน้ำรุนแรง โดยเฉพาะเด็กที่ไม่สามารถดื่มน้ำหรือเกลือแร่ได้ หากปล่อยทิ้งไว้ไม่รีบไปพบคุณหมอมอาจเกิดการติดเชื้อหรืออัมพาตได้

7. อาการชัก

อาการชักในเด็ก มักเกิดหลังจากมีไข้สูง หากชักเกิน 10 นาที หรือชักซ้ำ ต้องรีบไปพบแพทย์โดยด่วน



ลูกตัวร้อนบ่อยแค่ไหน ถึงเรียกว่าผิดปกติ

ปกติแล้วอาการไข้ที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัส มักจะหายขาดได้ภายใน 5-7 วัน หากยังมีไข้ติดต่อกัน

กันเกินกว่านั้น ลูกเป็นไข้หลายวันไม่หาย อาจมีเพียงไข้ต่ำ ๆ คุณพ่อคุณแม่ควรพาไปพบคุณหมอ เพื่อตรวจหาสาเหตุหรือโรคแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นได้

วิธีเช็ดตัวให้ลูกตัวร้อน ช่วยลดไข้ได้ไว

เมื่อลูกตัวร้อน นอกจากการรับประทานยาลดไข้ การเช็ดตัวลดไข้ เป็นอีกหนึ่งวิธีที่ช่วยในการลดอุณหภูมิในร่างกายช่วยถ่ายเทความร้อนออกจากร่างกายลูกได้

อุปกรณ์ที่ต้องเตรียม

- ผ้าขนหนูผืนเล็ก 2-4 ผืน
- ผ้าขนหนูสำหรับเช็ดตัว
- กะละมัง หรืออ่างสำหรับใส่น้ำเช็ดตัว ใส่น้ำอุ่นประมาณ 1/2 ของกะละมัง

วิธีการเช็ดตัวที่ถูกต้อง ทำได้ดังนี้

- จัดเตรียมสถานที่ อากาศถ่ายเท ไม่ควรเปิดแอร์ขณะเช็ดตัว
- ถอดเสื้อผ้าของลูก
- ปูผ้าเช็ดตัวรองส่วนที่เช็ด เพื่อป้องกันน้ำเปียกที่นอน
- ใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำอุ่น บิดน้ำให้หมาด ๆ เริ่มต้นเช็ดบริเวณใบหน้า และพับผ้าขนหนูนั้นไว้ที่หน้าผาก ซอกคอ ทำซ้ำประมาณ 3-4 ครั้ง
- ต่อจากนั้น เช็ดบริเวณหน้าอกและลำตัว
- ใช้ผ้าขนหนูชุบน้ำบิดหมาด เช็ดแขนด้านไกลตัวก่อน เริ่มจากปลายแขนเข้าหาต้นแขน และเช็ดรักแร้ วิธีเช็ดให้เช็ดในลักษณะย้อนรูขุมขน เพื่อระบายความร้อน เช็ดซ้ำประมาณ 3-4 ครั้ง ให้พับผ้าไว้บริเวณข้อพับแขน และรักแร้
- นำผ้าขนหนูชุบน้ำบิดหมาด เช็ดแขนด้านใกล้ตัว โดยทำเช่นเดียวกัน
- เช็ดขาด้านไกลตัว จากปลายขาเข้าหาต้นขา และขาหนีบประมาณ 3-4 ครั้ง และพับผ้าบริเวณใต้เข่า ขาหนีบ
- นำผ้าขนหนูชุบน้ำบิดหมาด เช็ดขาด้านใกล้ตัว โดยทำเช่นเดียวกัน
- จากนั้นให้ลูกนอนตะแคงเพื่อเช็ดบริเวณหลัง เริ่มตั้งแต่ก้นกบขึ้นไปถึงบริเวณคอทำซ้ำประมาณ 3-4 ครั้ง
- นำผ้าขนหนูมาเช็ดตัวให้แห้ง แล้วใส่เสื้อผ้าให้ลูก

อาการไข้ ตัวร้อน หากอุณหภูมิอยู่ระหว่าง 37.5-38.4 องศาเซลเซียส ถือว่ามีไข้ต่ำ หากลูกมีอุณหภูมิมากกว่า 38.4 องศาเซลเซียสขึ้นไป ถือว่ามีไข้สูง อาการไข้หากเกิดจากเชื้อไวรัสมักจะหายภายใน 5-7 วัน ถ้ายังมีไข้ต่อเนื่อง รับประทานยาลดไข้แล้ว เช็ดตัวลดไข้แล้ว แต่ไข้ยังไม่ลด หรือมีอาการอื่น ๆ เช่น อาเจียน ทารากเป็นหวัดหายใจครืดคราด อาการชัก ต้องรีบพาไปพบแพทย์โดยด่วน เพราะอาจมีโรคแทรกซ้อนได้

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

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

อ้างอิง:

1. เมื่อลูกน้อยมีไข้สูงตอนกลางคืน ต้องทำอย่างไร, โรงพยาบาลเปาโล
2. หวัดหรือภูมิแพ้กันแน่..., Medpark Hospital
3. ไม่แพ้..แม่อากาศเปลี่ยน (โรคแพ้อากาศ - Allergic Rhinitis), โรงพยาบาลสมิติเวช
4. ภาวะไข้ในเด็ก, คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
5. ลูกตัวร้อน พ่อแม่ควรดูแลอย่างไร?, pobpad
6. เมื่อลูกไม่สบาย ลดไข้อย่างไรให้ถูกวิธี, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์
7. 7 อาการเฝ้าระวังของลูกน้อย ที่ต้องรีบไปพบแพทย์, โรงพยาบาลเปาโล
8. ดูแลตนเองเมื่อเป็นไข้ออกผื่น, โรงพยาบาลกลาง สำนักงานแพทย์
9. การเช็ดตัวเพื่อลดไข้ผู้ป่วย Tepid Sponge, โรงพยาบาลวิภาวดี
10. สร้างภูมิคุ้มกันให้ลูกน้อยตั้งแต่แรกคลอดด้วยการฉีด "วัคซีน", โรงพยาบาลเปาโล
11. ไข้นิส่อักเสบเฉียบพลัน, โรงพยาบาลเมตพาร์ค
12. โรคภูมิแพ้จมูกในเด็ก (Allergic rhinitis), โรงพยาบาลเวชธานี

อ้างอิง ณ วันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก

สปิงโก
โมอีลิน

สปิงโกโมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์