

登革热门诊护理简短 FAQ

这是一份给患者和家属的简明护理说明。若医生给了个性化建议，请以医生的指示为准。

1. 登革热可以在家护理吗？

可以。许多登革热患者可以作为门诊病人护理，只要他们仍然能够正常喝水、排尿、清醒，而且没有危险警讯。不过，登革热可能会突然恶化，尤其是在退烧前后。

2. 我应该喝什么？

少量多次饮用液体。可以选择：

- 白开水
- 口服补液盐，ORS
- 汤
- 牛奶
- 果汁
- 运动饮料，但如果有糖尿病，不要过量饮用

目标是尿液颜色偏浅，并且能够定时排尿。尿量减少是危险警讯。

3. 发烧或身体酸痛可以吃什么药？

可以按建议剂量服用 paracetamol/acetaminophen，对乙酰氨基酚。

避免服用：

- Aspirin，阿司匹林
- Ibuprofen，布洛芬
- Naproxen，萘普生
- Diclofenac，双氯芬酸
- 其他 NSAID 类止痛药

这些药物可能增加出血风险。

4. 我需要每天验血吗？

通常需要，尤其是从病程第 3 天开始，直到情况明显好转，并且退烧 24-48 小时。血液检查，例如血细胞计数和红细胞压积，能帮助医生判断登革热是否正在恶化。

5. 登革热什么时候最危险？

通常是在开始退烧时，大约是病程第 3 至第 7 天。

危险警讯常出现在退烧后的 24-48 小时内。

6. 什么情况需要马上去医院？

如果出现以下任何情况，请立即前往急诊部：

- 严重腹痛
- 持续呕吐
- 鼻出血或牙龈出血
- 吐血
- 黑便或血便
- 非常虚弱、嗜睡、意识混乱或烦躁不安
- 呼吸困难
- 头晕或快要晕倒
- 手脚冰冷
- 尿量减少

这些可能是严重登革热的迹象。

7. 我需要强迫自己进食吗？

不需要。食欲下降很常见。补充液体更重要。

如果吃得下，可以吃清淡食物。

8. 抗生素可以治疗登革热吗？

不可以。登革热是由病毒引起的。抗生素不能治疗登革热，除非医生怀疑有其他细菌感染。

9. 在家如何避免传播登革热？

在生病的第一周，应避免被蚊子叮咬。

使用防蚊液，穿长袖衣物，有需要时睡蚊帐，并清除家中及周围的积水。

10. 什么时候可以恢复正常活动？

只有在退烧、食欲和体力逐渐恢复、排尿正常，并且医生确认血液检查稳定或正在好转后，才可恢复正常活动。

完全康复前，应避免剧烈运动。

重要：若出现危险警讯，或病情让您担心，请不要等待下一次预约，立即求医。