

# ไข้หรือตัวร้อนในเด็ก

ศ.เกียรติคุณ นพ.เกรียงศักดิ์ จิระแพทย์

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ไข้หรือตัวร้อนในเด็กไม่ได้เป็นโรค แต่เป็นอาการของโรค คำจำกัดความของไข้แบ่งตามอายุได้ดังนี้

ในทารกวัย 4 สัปดาห์แรกหลังเกิด หมายถึง อุณหภูมิแกนกลางร่างกายสูงกว่า 37.5 องศาเซลเซียส

ในทารกพันวัย 1 เดือน มีความแตกต่างของคำจำกัดความ ที่กำหนดเป็นลายลักษณ์อักษรคืออุณหภูมิเท่ากับหรือสูงกว่า 38.0 องศาเซลเซียส (เอกสารในบรรณานุกรม)

**การวัดอุณหภูมิ** อุณหภูมิที่ใช้ต้องเป็นอุณหภูมิแกนกลางร่างกาย ได้แก่อุณหภูมิที่วัดทางปากหรือทวารหนัก เด็กอายุมากกว่า 4 ปีให้วัดทางปาก ถ้าไม่ร่วมมือ ให้วัดทางรักแร้ด้วยปรอทแก้วหรือดิจิตัล ค่าที่วัดจะเชื่อถือได้เมื่อวัดนานจนเสียงสัญญาณครั้งที่ 2 ดัง ซึ่งใช้เวลาวัดอุณหภูมิรักแร้นานประมาณ 9 นาที ค่าที่ได้จะเท่ากับการวัดอุณหภูมิแกนกลางร่างกาย ค่าที่อ่านเมื่อเสียงสัญญาณแรกดังจะสูงกว่าความเป็นจริง (ค่าที่อ่านเมื่อเสียงสัญญาณครั้งที่ 2 ดัง) การวัดด้วยวิธีอื่น เช่น การวัดที่หู หรือหน้าผาก เป็นวิธีที่ไม่แม่นยำ

**ความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง** เวลาที่มีไข้ไม่จำเป็นว่าทุกส่วนของร่างกายจะต้องร้อนเท่ากันหมด อาจร้อนที่ศีรษะ ลำตัว และแขนขา แต่ฝ่ามือฝ่าเท้าเย็น ในสังคมไทยมีความเชื่อที่สืบทอดมาแต่โบราณว่า การที่ศีรษะร้อนแต่เย็นที่ฝ่ามือฝ่าเท้า หมายถึงว่า ผู้ป่วยมีอาการหนัก ซึ่งเป็นความเชื่อที่ไม่ถูกต้องและก่อความทุกข์ใจให้แก่คนเชื่อมาก

**สาเหตุของไข้** ไข้เป็นอาการอย่างหนึ่งของการเจ็บป่วย เกิดจากสาเหตุมากมาย และระยะเวลาที่ไข้จะปรากฏในแต่ละโรคจะยาวนานต่างกัน ตัวอย่างโรคที่เป็นสาเหตุของไข้ที่พบบ่อย

	โรคหวัด	ไข้หวัดใหญ่
การปรากฏอาการ	ช้า ๆ (gradual)	ฉับพลัน (abrupt)
อาการไข้	ไข้ไม่สูง (<38.3 องศาเซลเซียส)	ไข้สูง (>38.3 องศาเซลเซียส)
ปวดเมื่อย (aches)	มีอาการน้อย	มีทุกราย
รู้สึกหนาว (chill)	พบได้น้อย	พบได้บ่อย
รู้สึกเพลีย ล้า (fatigue)	พบได้น้อย	มีทุกราย
จาม	พบบ่อย	พบน้อยราย
คัดจมูก	พบบ่อย	พบน้อยราย
เจ็บคอ	พบบ่อย	พบน้อยราย
ปวดศีรษะ	พบน้อยมาก	พบบ่อย

1. โรคหวัด (cold) มีไข้ไม่สูงหรือไม่มี อาการไข้จะมีราว 3-4 วัน ถ้าไม่มีโรคแทรกซ้อน เช่น หูอักเสบ ไช้นัสอักเสบ หรือปอดบวม

**2. ไข้หวัดใหญ่** ผู้ป่วยจะมีไข้สูง (น้อยรายไม่มีไข้) ปวดบ่าตา ปวดท้อง ปวดเมื่อยตามแขนขา อาการไข้ปรากฏอยู่ 4-5 วัน ภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงและพบบ่อยคือปอดอักเสบ

**3. ไข้เลือดออก** ไข้สูง ร่วมกับอาการซึม ใบหน้าแดง เบื่ออาหารอย่างมาก คลื่นไส้ อาเจียน ปวดใต้ชายโครงข้างขวา จุดเลือดออกที่ผิวหนัง บางคนจะมีอาเจียนเป็นเลือดหรือถ่ายอุจจาระสีดําเหมือนน้ำมันดิน และเมื่อไข้เริ่มลดลง (ประมาณ 3-7 วัน หลังปรากฏอาการป่วย) อาจเกิดภาวะช็อค

**4. ปอดอักเสบหรือปอดบวม** มีอาการของโรคหวัด หรือไข้หวัดใหญ่ นำมาก่อน ต่อมามีอาการไข้สูงขึ้น หรือไข้ยังสูงต่อเนื่อง ไอมากขึ้น และหายใจเร็วกว่าปกติ (ในทารกแรกเกิดอัตราหายใจเกิน 60/นาที) หายใจหอบ (รูดมูกบาน ช่องซี่โครงบวม เป็นต้น) เบื่ออาหาร ผู้ป่วยจำเป็นต้องอยู่รักษาในโรงพยาบาลเพื่อให้สารน้ำทางหลอดเลือด ช่วยให้น้ำและอาหารทดแทนที่ได้ทางปากไม่เพียงพอ และต้องให้ออกซิเจนเพื่อแก้ไขภาวะเลือดขาดออกซิเจน และยาต้านจุลชีพหรือต้านไวรัส

จากตัวอย่างที่กล่าวมา คุณแม่คุณพ่อจะเห็นว่า ไข้หรือตัวร้อนเป็นเพียงอาการของโรคอย่างหนึ่งเท่านั้น เมื่อท่านเข้าใจอย่างนี้แล้ว เมื่อบุตรของท่านมีไข้หรือตัวร้อน ท่านจะได้ไม่วิตกเรื่องไข้ แต่ควรวิตกว่า โรคอะไรที่ทำให้บุตรของท่านมีไข้ ถ้ามีสาเหตุจากโรคหวัด ท่านก็ไม่ควรวิตกเพราะปกติมักไม่มีโรคแทรกซ้อนใดๆ และไข้จะหายใน 3-4 วัน ถ้าเกิดจากไข้หวัดใหญ่ ความเสี่ยงต่อปอดอักเสบจะสูง และถ้าเกิดจากไข้เลือดออก ท่านควรวิตก เพราะอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้มากมายและอาจถึงชีวิตได้

### ยาลดไข้

ยาลดไข้เป็นเพียงยาบรรเทา ไม่ใช่ยารักษาสาเหตุที่ทำให้เกิดไข้ กล่าวคือ เมื่อกินยา 1 ครั้ง ยาจะออกฤทธิ์ลดไข้อยู่ได้นาน 4-6 ชั่วโมง ถ้าสาเหตุที่ทำให้เกิดไข้ยังไม่หาย เมื่อยาหมดฤทธิ์แล้วไข้ก็จะปรากฏใหม่ ท่านก็ค่อยให้ยาใหม่ ถ้าบุตรของท่านมีไข้ไม่สูง มีเพียงศีรษะอุ่น ไม่กวน หรือกระวนกระวาย ไม่มีความจำเป็นต้องใช้ยาลดไข้ เพราะยาลดไข้เป็นเพียงยาระงับหรือบรรเทาไข้ชั่วคราวหนึ่งเท่านั้น

### ยาลดไข้ ไม่ใช้ยาที่ปราศจากโทษ ยาที่ใช้มี 2 ชนิดคือ

- พาราเซตามอล หรือ อะเซตามิโนเฟน  
ขนาดยาที่ไข้ 10 มก./กก./มือ ซ้ำได้ทุก 4 ชม. เมื่อกลับมีไข้อีก  
ยาปรຽงสำเร็จ ชนิดหยด 1 มล. มีตัวยา 100 มก.  
ชนิดน้ำเชื่อม 1 ซ้อนชา (5 มล.) มีตัวยา 120, 250 มก.  
ชนิดเม็ด 1 เม็ด มีตัวยา 325, 500 มก.  
พิษของยา ขนาดสูงเกิน ทำให้ตับถูกทำลาย และอาจทำให้เสียชีวิตจากตับล้มเหลว
- Ibuprofen มักใช้เมื่อให้พาราเซตามอลแล้ว 30-45 นาทีแล้วไข้ไม่ลดลง  
ขนาดยาที่ไข้ 10 มก./กก./มือ ซ้ำได้ทุก 6 ชม. เมื่อกลับมีไข้อีก  
ยาปรຽงสำเร็จ ชนิดแขวนตะกอน (suspension) 1 ซ้อนชา (5 มล.) มีตัวยา 100 มก.  
ชนิดเม็ด 1 เม็ด มีตัวยา 200, 400 มก.

ฉะนั้น ท่านจึงควรให้ยาลดไข้เมื่อเด็กมีอุณหภูมิกายถึงเกณฑ์ของไข้เท่านั้น (กุมารแพทย์ในสหรัฐอเมริกา แนะนำให้ยาลดไข้เมื่ออุณหภูมิเกิน 38.3 องศาเซลเซียส) หรือกระวนกระวาย ไม่สุขสบายตัว และให้ในขนาดที่เหมาะสมกับน้ำหนักตัว ห้ามให้ถี่กว่าทุก 4 ชั่วโมงเมื่อให้พาราเซตามอล และทุก 6 ชั่วโมงเมื่อให้ Ibuprofen ถ้าให้ยาลดไข้แล้วไข้ไม่ลด ควรให้เด็กดื่มน้ำเพิ่ม เพื่อแก้ร่างกายขาดน้ำ ร่วมกับการเช็ดตัวด้วยน้ำประปาจนกว่าไข้จะลด ท่านไม่จำเป็นต้องพาเด็กไปพบแพทย์ทันทีของการมีไข้ ถ้าเด็กยังคุ้ย เล่น หรือดูทีวีได้ ท่านเพียงให้ยาลดไข้ เป็นครั้งเป็นคราว แต่ถ้ามีไข้สูง แล้วให้ยาลดไข้ และการเช็ดตัว หรือมีไข้ยาวนาน 48-72 ชม. แล้ว อาการไข้อยังไม่ทุเลา ร่วมกับไม่คุ้ย ไม่เล่น ไม่ดูทีวี จึงควรพาไปพบแพทย์ ไข้จะหายเองเมื่อถึงกำหนดระยะของโรค แม้ไปพบแพทย์เร็วก็ไม่ได้ช่วยให้หายไข้เร็วขึ้น

### อาการแทรกซ้อน

อาการแทรกซ้อนของไข้ที่ต้องระวังคือ การชักจากไข้สูง ซึ่งพบในช่วงอายุ 6 เดือน ถึง 6 ปี เด็กที่เคยชักเวลามีไข้สูงหรือ มีประวัติชักในครอบครัวเมื่อไข้สูง ต้องระวังการมีไข้เป็นพิเศษ โดยให้ยาลดไข้เพื่อป้องกันไม่ให้ไข้สูง และเช็ดตัวถ้าโดยเช็ดตัวและให้ยาลดไข้เพื่อป้องกันไม่ให้ไข้สูง ชักเวลามีไข้สูงหรือ มีประวัติชักในครอบครัวเมื่อไข้สูง ต้องระวังการมีไข้เป็นพิเศษ โดยรีบให้ยาลดไข้ และรีบเช็ดตัว ขณะรอยาแก้ไข้ออกฤทธิ์ (กินเวลา 30-45 นาที) ต้องไม่รอจนไข้ขึ้นสูง

### สิ่งที่ต้องตระหนัก

ยาปฏิชีวนะไม่ช่วยให้ไข้หาย แต่มักก่อปัญหาจากฤทธิ์ไม่พึงประสงค์ของยา เช่น อาเจียน ท้องเสีย และการดื้อยา ยาปฏิชีวนะใช้เมื่อมีการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำเติม (เช่น หูหรือไซนัสอักเสบ ปอดอักเสบจากแบคทีเรีย)

ขณะมีไข้สูง เด็กจะกินอาหารได้น้อยลง ทำให้มีกากอาหารในลำไส้สั้นน้อย มีผลทำให้ไม่ถ่ายอุจจาระ ในสังคมไทยมีความเชื่อว่า ถ้าเด็กไม่ถ่ายอุจจาระจะทำให้ไข้ยิ่งสูง ความเชื่อนี้ต้องการการแก้ไข ท่านไม่ควรใช้วิธีการใดๆ ทำให้เด็กถ่าย

### บรรณานุกรม

UpToDate. Patient education: Fever in children (Beyond the Basics). 2020. Cited 20 May 2020. Available from: <https://www.uptodate.com/contents/fever-in-children-beyond-the-basic>.

Sullivan JE, Farrar HC, the Section on Clinical Pharmacology and Therapeutics and Committee on Drugs.

Fever and Antipyretic Use in Children. Pediatrics 2011;127 (3): 580-587; DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2010-3852>