

Fever in Children:

What parents should know



How to respond when your child has a fever.



Take your child's temperature

Read and follow the instructions that come with your thermometer.

- **FOREHEAD** thermometers can be used on children of any age.
- **EAR** thermometers can be used on children at least 6 months old.
- **ORAL** thermometers can be used once a child is 4 years old.
- **RECTAL** offers the best temperature readings, especially for infants under 3 months.

Do not use a mercury thermometer. If it breaks, it can be poisonous.

Symptoms of a fever

- Sweating
- Shivering
- Dizziness
- Body aches/Headaches
- Feeling tired and weak



Help your child feel better

- Keep them hydrated.
- Keep their room cool.
- Dress them in light clothing and use a light blanket.
- Make sure they get rest.
- Try acetaminophen or ibuprofen. Be sure to use the correct dose.
- Do not use aspirin.
- Call their doctor for help.

Do not give medicine to babies under 3 months old without checking with a doctor first.

Call your doctor if:

- Your child is younger than 3 months old with a temperature of 100.4° F or higher.
- Your child is 3 to 36 months old with a temperature of 100.4° F or higher for more than 72 hours.
- Your child's fever rises above 103° F, no matter what age.
- Your child has a fever that is on and off for a week, no matter what age.

Seek medical care right away if your child has a fever and:

- Trouble breathing
- Seizures
- A rash or purple spots
- Vomiting, diarrhea
- Severe headache or stomach pain

Get advice from a nurse

Call our 24-Hour Nurse Advice Line at **1-888-244-IEHP (4347)** or **711** for TTY users.



Member Services
1-800-440-IEHP (4347)
TTY **1-800-718-4347**

Monday-Friday, 7 a.m.-7 p.m.
Saturday-Sunday, 8 a.m.-5 p.m.

Stay connected. Follow us!



Fiebre en los niños:

lo que los padres deben saber



Cómo responder cuando su hijo tenga fiebre.



Tome la temperatura de su hijo

Lea y siga las instrucciones que vienen con su termómetro.

- Los termómetros para la **FRENTE** se pueden utilizar en niños de cualquier edad.
- Los termómetros para el **OÍDO** se pueden utilizar en niños de al menos 6 meses.
- Los termómetros **ORALES** se pueden utilizar una vez que el niño tenga 4 años.
- El termómetro **RECTAL** ofrece las mejores lecturas de temperatura, especialmente para bebés de menos de 3 meses.

No use un termómetro de mercurio. Si se rompe, puede ser tóxico.

Ayude a su hijo a sentirse mejor

- Manténgalo hidratado.
- Mantenga su habitación fresca.
- Vístalo con ropa ligera y use una manta ligera.
- Asegúrese de que descanse.
- Use acetaminofén o ibuprofeno. Asegúrese de usar la dosis correcta.
- No le dé aspirina.
- Llame a su médico si necesita ayuda.

No dé medicamentos a los bebés menores de 3 meses sin consultar con su médico primero.

Llame a su médico si:

- Su hijo tiene menos de 3 meses de edad y su temperatura es de 100.4° F o más.
- Su hijo tiene entre 3 y 36 meses y su temperatura es de 100.4° F o más durante más de 72 horas.
- La temperatura de su hijo supera los 103° F, sin importar su edad.
- Su hijo tiene una fiebre que va y viene durante una semana, sin importar su edad.



Síntomas de la fiebre

- Sudoración
- Escalofríos
- Mareo
- Dolor corporal/Dolor de cabeza
- Sensación de cansancio y debilidad

Busque atención médica de inmediato si su hijo tiene fiebre y:

- Problemas para respirar
- Convulsiones
- Un sarpullido o manchas moradas
- Vómito o diarrea
- Dolor de cabeza intenso o dolor de estómago

Obtenga consejos de una enfermera

Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermería las 24 Horas al **1-888-244-IEHP (4347)** o al **711** para usuarios de TTY.



Servicios para Miembros
1-800-440-IEHP (4347)
TTY **1-800-718-4347**

De lunes a viernes de 7am-7pm.
El sábado y domingo de 8am-5pm.

Manténgase conectado. ¡Síganos!



©2026 Inland Empire Health Plan. Una Entidad Pública.
Todos los Derechos Reservados. HE_26_8947496_SP

儿童发烧：

父母须知事项



孩子发烧时如何应对。

为孩子测量体温

请阅读并遵循体温计所随附的说明。

- **额**温计可用于任何年龄的儿童。
- **耳**温计可用于至少年满6个月大的儿童。
- **口腔**温度计可用于年满4岁的儿童。
- **肛**温可提供最准确的体温测量结果，尤其是未满3个月大的婴儿。

请勿使用水银温度计。

如果水银温度计破裂，可能具有毒性。



当人体在对抗感染或疾病时，便会发生发烧的情况。发烧时体温会升高，使得人体成为较不适合病菌传播的地方。

发烧的症状

- 出汗
- 颤抖
- 头晕
- 身体酸痛／头痛
- 感到疲倦和虚弱无力

帮助孩子病情好转

- 让孩子保持水分充足。
- 让孩子的房间保持凉爽。
- 让孩子穿着轻薄的衣服并使用薄毯子。
- 确保孩子获得休息。
- 尝试服用对乙酰氨基酚 (acetaminophen) 或布洛芬 (ibuprofen)。请务必使用正确的剂量。
- 请勿服用阿司匹林。
- 致电与您孩子的医生联络以寻求帮助。

未满3个月大的婴儿不应在未先咨询医生的情况下服用药物。

如果发生下列情况, 请致电与您的医生联络：

- 您的孩子未满3个月大且体温达到华氏100.4度以上。
- 您的孩子年龄介于3个月至36个月大且体温达到华氏100.4度以上并持续超过72小时。
- 您的孩子发烧超过华氏103度 (不论年龄)。
- 您孩子发烧的情况反反复复持续一周 (不论年龄)。



如果您的孩子发烧且伴随下列症状, 请立即寻求医疗护理：

- 呼吸困难
- 癫痫发作
- 皮疹或紫斑
- 呕吐、腹泻
- 严重头痛或胃痛

向护士寻求建议

请致电我们的24小时护士咨询专线
1-888-244-IEHP (4347) 或者TTY使用者请致电**711**。



会员服务部

1-800-440-IEHP (4347)

TTY **1-800-718-4347**

服务时间为周一至周五上午7点至晚上7点
周六至周日上午8点至下午5点

保持联系。请关注我们！



Sốt Ở Trẻ Em:

Những điều cha mẹ nên biết



Cách ứng phó khi con quý vị bị sốt.



Đo nhiệt độ cho con của quý vị

Đọc và làm theo hướng dẫn đi kèm với nhiệt kế.

- **TRÁN** Nhiệt kế đo trán có thể được sử dụng cho trẻ ở mọi lứa tuổi.
- **TAI** Nhiệt kế đo tai có thể được sử dụng cho trẻ từ 6 tháng tuổi trở lên.
- **MIỆNG** Nhiệt kế đo miệng có thể được sử dụng khi trẻ được 4 tuổi.
- **HẬU MÔN** Phép đo này mang lại kết quả đo nhiệt độ tốt nhất đặc biệt là đối với trẻ sơ sinh dưới 3 tháng tuổi.

Không sử dụng nhiệt kế thủy ngân. Nếu nhiệt kế thủy ngân bị vỡ, nó có thể gây độc.



Giúp con quý vị cảm thấy tốt hơn

- Giữ cho trẻ đủ nước.
- Giữ phòng của trẻ mát mẻ.
- Cho trẻ mặc quần áo mỏng và đắp chăn mỏng.
- Hãy chắc chắn rằng trẻ được nghỉ ngơi.
- Thử dùng acetaminophen hoặc ibuprofen. Đảm bảo sử dụng thuốc đúng liều lượng.
- Không sử dụng aspirin.
- Gọi cho bác sĩ của trẻ để được giúp đỡ.

Không cho trẻ dưới 3 tháng tuổi uống thuốc nếu chưa tham khảo ý kiến bác sĩ.

Gọi cho bác sĩ của quý vị nếu:

- Con của quý vị dưới 3 tháng tuổi có nhiệt độ từ 100.4° F hoặc cao hơn.
- Con của quý vị từ 3 đến 36 tháng tuổi và có thân nhiệt từ 100.4° F trở lên trong hơn 72 giờ.
- Cơn sốt của con quý vị tăng trên 103° F, bất kể ở độ tuổi nào.
- Con quý vị bị sốt liên tục trong một tuần, bất kể ở độ tuổi nào.

Tìm kiếm sự chăm sóc y tế ngay lập tức nếu con quý vị bị sốt và:

- Khó thở
- Co giật
- Phát ban hoặc có đốm tím
- Nôn mửa, tiêu chảy
- Nhức đầu hoặc đau dạ dày dữ dội

Nhận lời khuyên từ y tá

Gọi Đường Dây Y Tá Tư Vấn 24-Giờ của chúng tôi theo số **1-888-244-IEHP (4347)** hoặc **711** đối với người dùng TTY.



Ban Dịch Vụ Hội Viên
1-800-440-IEHP (4347)
TTY **1-800-718-4347**
Thứ Hai – Thứ Sáu,
từ 7 giờ sáng-7 giờ tối.
Thứ Bảy – Chủ Nhật,
từ 8 giờ sáng-5 giờ chiều.

Hãy giữ kết nối. Dõi theo chúng tôi!

