

観察のポイント

子どもは、お昼寝から覚めた時や、夕方に外から帰ってきた時などに熱を出すことが多いものです。

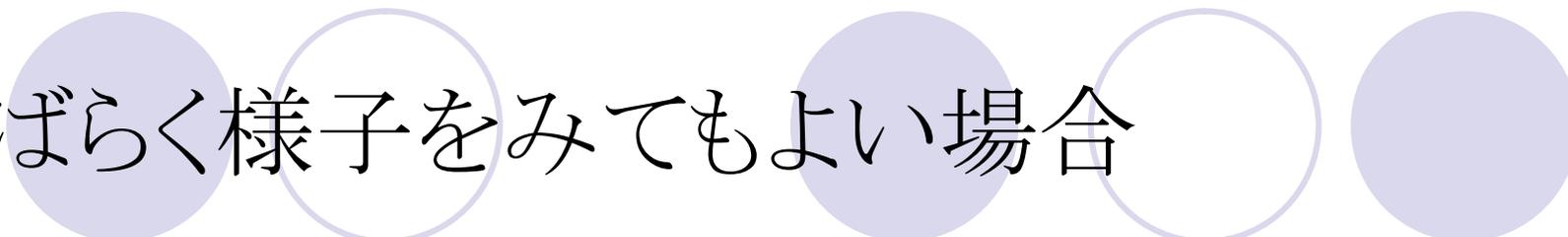
発熱は子どもの体調変化を知らせる重要なサインで、体に侵入した細菌やウイルスと戦う生体の防御反応として起こります。

熱がでたからと言ってあわてずに、お子さんの体全体の様子をよくみてください。

38℃以上の場合には注意が必要です。

※入浴・哺乳・食事の直後や泣いたり、運動したりした後は体温が高めですので、

静かにしている時に、朝、昼、夕、寝る前など1日に3～4日測りましょう。



しばらく様子を見てもよい場合

- 水分や食事がとれている。
- 熱があっても夜は眠れる。
- あやせば笑う。
- 遊ぼうとする。
- それほど機嫌は悪くない。
- 発熱以外の重い症状がない。
- 顔色がいつもと変わらない。

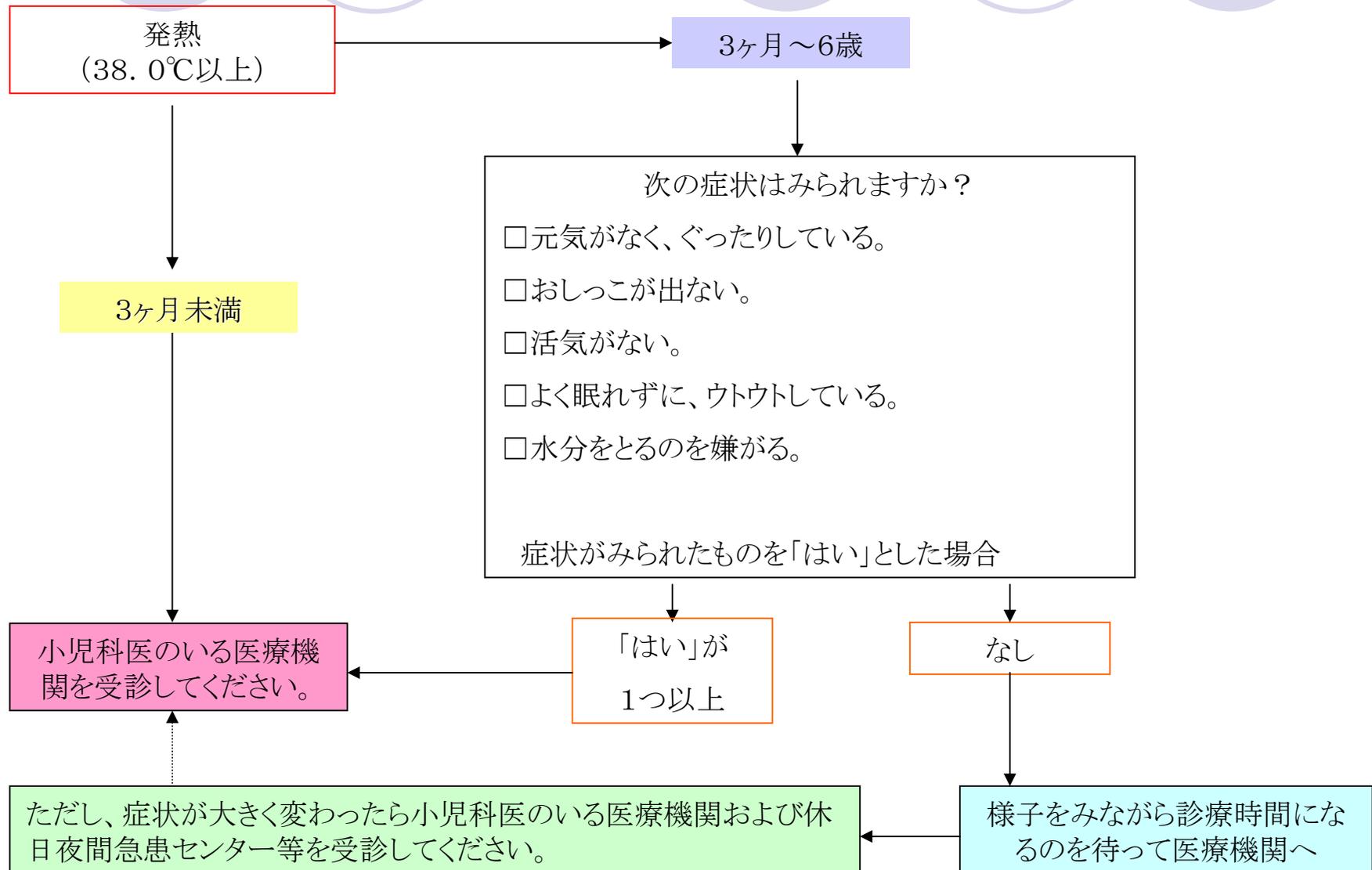
早めに救急外来を受診した方がよい場合

- 生後3ヶ月未満の赤ちゃんに38℃以上の熱がある。
- 水分を受け付けない、おしっこが半日くらい出ない等の脱水症状がある。
- 嘔吐や下痢を繰り返し、ぐったりとしている。
- 初めてけいれんをおこした。
- 顔色が悪く、あやしても笑わない。
- 眠ってばかりいる。(呼びかけてもすぐに眠ってしまう)
- 遊ぼうとしないで、ゴロゴロしている。
- 激しく泣き、あやしても泣きやまないでぐずっている。
- 夜も眠らず機嫌が悪い。
- 呼吸の様子がおかしい。(不規則、胸がぺこぺこくぼむ、鼻の穴がヒクヒクする)

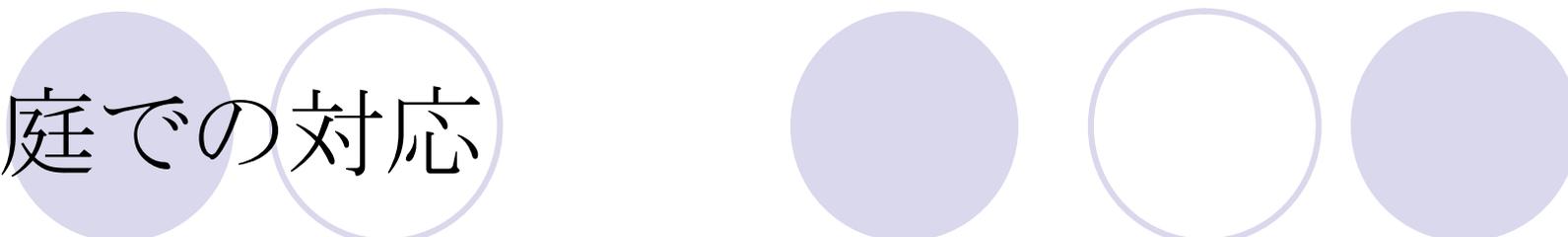
注意すること

- 母乳やミルク(少し薄めに作りましょう)、食事は欲しがれば与える程度で、無理に与えなくても大丈夫です。
- 与える時は消化のよいものを選びましょう。水分はこまめにあげるようにしましょう。
- 解熱剤を使って無理に熱を下げるのは好ましくありませんが、どうしても必要な場合は、医療機関で処方されたものを与えましょう。
- 市販のものや以前処方されたもの、兄弟姉妹に処方されたものは与えないようにしましょう。

熱が高い！(38.0°C以上)



家庭での対応



- 熱の出始めは温かめに、熱が出きったら涼しくしてあげましょう。
- 暑そうなら涼しく、寒そうなら温かくしてあげましょう。
- 水分補給をこまめにしましょう。
- 気持ちよさそうなら、冷やしてあげましょう。
- 着替えもこまめにしましょう。
- 熱があっても元気そうなら、解熱剤は使わないようにしましょう。