

熱について



発熱

- ✓ 体で熱が出る原因としてはウイルスや細菌による感染症、がんなどの悪性疾患、膠原病といった慢性的に炎症が起きる病気が考えられますが子どもの熱は9割以上が感染症と考えられています。
- ✓ ウイルスや細菌を倒そうと体内で闘っているときに熱が出ます。子どもは体温調節中枢が未熟なため、大人に比べて簡単に高熱を出します。ただし、熱の高さと病気の重さについては関連はないとされています

熱さまし(解熱剤)の使い方→『熱さましは頓用で』

- ✓ 子どもの場合、痛い・苦しいといった症状を訴えることが難しいため、熱があるかどうか、続いているかが重要です。そのため、1日3回などと決まって解熱剤を使ってしまうと、熱が出ているのか下がったのか分かりづらくなるため、必要な時に解熱剤を使います。子どもにおいて『熱さましは頓用で』が原則です。
- ✓ ただ、熱が高いから解熱剤を使うのではなく、熱が高くてぐったりして水分も摂れなさそう、寝苦しそうといったときに使います。
- ✓ 解熱剤を使っても体温が下がらないことがあります。ただ、体温が下がらなくても体は楽になっていることが多いので少し元気になったところでお口から水分などを摂るようにしましょう。
- ✓ 解熱剤を一回使ったら、次に使うまでは6時間くらい空けるようにしましょう。

熱さまし(解熱剤)について

- ✓ 子どもによく使う解熱剤はアセトアミノフェン(カロナール・アンヒバ・アルピニーなど)になります。大人でよく使うロキソニン・ボルタレンなどの薬は子どもには使ってはいけないとされていますのでご家族のものを半分にして飲ませるなどのことはしないようにしてください。
- ✓ 熱さましには錠剤・細粒・坐薬があります。効きに関してはどれも変わりませんが、特に小さなお子さんには熱でぐったりしているとうまく口から飲めないことが多いので当院では坐薬を優先して使うようにしています。

熱があるときの対応

- ✓ 熱があるときは汗などで水分が失われやすいですので普段より多めに水分を摂るように心がけましょう。また、熱のときは“かむ”“飲み込む”といった行為もしづらくなるのでゼリーやヨーグルト、アイスなどの喉ごしのいいものを摂るのもいいでしょう。
- ✓ 熱が上がる途中で寒気を感じる人が多いのでそのようなときは少し厚着をさせて、熱が上がりきったと感じたら肌着だけにすることで調節するようにしましょう。
- ✓ 熱が出て数日経ってから他の症状が出てくる場合がございますので熱のある間は肌の状態や目や唇の色には普段より注意して診るようお願いいたします。

再診の目安

- ✓ 最初に発熱で診察させていただいたときに次回受診の目安をお話させていただいております。できる限りその目安で再診していただければと思います。
- ✓ 病状によっては熱が下がっても診察させていただきたい時がありますのでその際もお話させていただきます。
- ✓ 5日以上熱が続く場合や目や唇が赤くなるなどの症状がある場合は採血などが必要な場合がございますので必ず受診するようにお願いします。

なにか気になることがありましたら遠慮なくおたずねください。

おぎそ小児科医院

