



ほけんだより

平成23年5月 第126号



子育て施設課

0823-25-3144

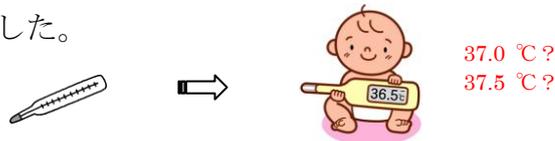


子どもの急な病気への対応



発熱について

古くから利用されてきた水銀体温計には、 37°C 以上が赤字で書かれていたため、これ以上が“発熱”と考えられてきました。しかし現在は、電子体温計などがポピュラーな方法となり、発熱の概念が変わってきました。



体温は、日周リズム（一般に朝は低く、夕方に高くなる）、測定時の状態（運動、入浴、食事、外気など）により影響を受けます。特に子どもはじっとしていないことが多いので、安静での測定が困難です。一度の検温で高い値が出ても、涼しいところでしばらく安静にして測定すると、下がることもありますので、繰り返し測定することも必要です。

発熱の定義は、個人差もありますので、日ごろ測定している値より1度以上高いか、予防接種中止の目安とされる 37.5°C 以上の場合とするのが妥当です。



解熱について

発熱に対して、全身状態が良ければ、必ずしも^{げねっ}解熱させる必要はありません。

熱性けいれんの予防は、抗けいれん剤によって行うべきもので、^{げねっざい}解熱剤ではけいれんの予防はできません。こどもが発熱によって、“だるそう”だったり“しんどそう”だったら^{げねっざい}解熱剤を使用してください。



体温を下げるには、^{げねっざい}解熱剤を用いる以外に、体を冷やす方法があります。頭だけを冷やしたり、^{げねっ}解熱シートを額に貼っても、効果はあまりありません。体の血流の多い、首のつけね、脇の下、足のつけねなどを冷やすのが効率的です。

急に熱が出ても、元気であれば、あわてる必要はありません。水分を摂らせて様子を見て、発熱が続いたり、熱以外に咳、食欲低下、ぐったりするなどの症状があれば、医師の診察を受けてください。



腹痛について

腹痛は本人からの訴えであり、その訴えが無いときには、周りの人は痛みの存在を知ることは難しいです。「おなかが痛い」という言葉での訴えは、一般的には2～3歳から可能となります。言葉以外では、泣き叫んだり、前にかがみこんだり、顔色が悪くなったりする様子から、腹痛を推測できる場合もあります。



病気に伴う腹痛は、それだけが唯一の症状であることは少なく、嘔吐、下痢、血便、便秘といった消化器症状や、気管支喘息などの呼吸器疾患に伴うことが多いです。

軽度の痛みであれば、経過を見て医師の診察を受ければよいのですが、発熱、嘔吐、意識障害、血便、身体を前屈するなどの症状がある場合は、急いで医師の診察を受ける必要があります。

腹痛時の観察ポイント



- ★ 機嫌が良く、元気があるか
- ★ 顔色やくちびるの色は良いか
- ★ 痛みの様子（ずっと痛いか、時々か）
- ★ どのあたりが痛いのか
- ★ 熱がないか
- ★ 便の色（白っぽい・血が混じっている）
- ★ 便の回数・状態（水様・不消化のものが混じっている・かたい）
- ★ おう吐があれば回数・おう吐物の観察（血が混じってないか・黄色や緑色）
- ★ おしっこが出ているか（回数・色）

子どもに対して、大人
の痛み止め・解熱剤
(熱さまし)を使用し
てはいけません。

ほけんだよりは、呉市のホームページでもご覧になることができます。

URL <http://www.city.kure.lg.jp/~kodosise/hoken.htm>