

## 子どもの病気

# ワンポイント アドバイス

### はつねつ 発熱



#### 38度以上の発熱で

- 生後3ヵ月未満である。
- 元気がなく、ぐったりしている。
- 無表情で活気がない。
- 一日中、ウトウトしている。
- 水分をとるのをいやがり、おしっこがでない。
- 顔色が悪く、呼吸が苦しそう。
- 生まれて初めてけいれんがあった。

上記の項目のうち「はい」が1つでもあれば

すぐに  
お医者さんへ

上記の項目のうち「はい」がなければ

診療時間内に  
お医者さんへ

- 室温が高すぎたり、厚着をしている時、薄着にして平熱になるなら

心配ない

熱がでたとき  
の手当てのしかた

- 発熱の大半は身体に入ってきたウイルスや細菌を退治するため身体が作り出す最も有効な反応です。熱があっても解熱剤はできるだけ使わずに様子を観察する。
- 熱が高いときは、嫌がらなければ頭部やわきの下などを冷やし気分をやらげる。
- 部屋の温度と湿度を快適にし、汗をかかないようにして体力の消耗を防ぐ。
- 食欲のないときは、アイスクリーム、ヨーグルト、牛乳やスープなど栄養価の高い食べ物を工夫して少しずつ与える。
- 体温は朝昼夕など1日3回ほど定期的に測定し、平熱に落ち着くまでは外出を避ける。



### げり 下痢



- 元気がなく、ぐったりしている。
- 便に血が混じる。
- 活気がない。だるそうにしている。
- よく眠れず、ウトウトしている。
- ちょっとした刺激に過敏に反応する。
- 水分をとるのをいやがり、おしっこがでない。
- 目がくぼんでいる。
- くちびるや舌が乾燥している。

上記の項目のうち「はい」が1つでもあれば

すぐに  
お医者さんへ

- 普段の半分くらいの水分が飲めている。
- 上記の症状がない。

診療時間内に  
お医者さんへ

- 離乳食を開始し新しい食品を食べさせた。
- 機嫌はよい。

心配ない

下痢になったとき  
の手当てのしかた

- おむつは汚れたらすぐにとり替え、お尻をいつも清潔にしておく。
- 市販の下痢止めを勝手に使わず、医師の診療を受ける。
- 経口補水液などを少量でも頻回に与えて脱水症状などを防ぐ。

