

# — 症状編 —

## 1 熱がでた！

### 【何度以上を熱というの？】

こどもの場合 37.6 度以上です。

こどもは普段から体温が高く、大人の基準はあてはまりません。ただし、室温により、体温が高くなる場合もあります。38 度以上であれば何らかの感染症が起こっていることが疑われます。

### 【熱で脳がおかしくならないの？】

感染による発熱自体で脳がおかされることはありません。

脳に病原体が入り、脳がおかされる脳炎・脳症であればその心配はありますが、感染症の熱はたいてい 41 度くらいまでであり、それだけで脳がおかしくなることはありません。ただし、もうろうとする「熱せんもう」の状態になることがあります。ほとんどが一時的でまもなく回復します。

### 【すぐ病院にかけつけた方がいいの？】

多くの場合、一刻をあらそう状態ではありません。

夜間の発熱でも機嫌も悪くなく、水分がとれていれば、救急に駆け込む必要はなく、昼間に受診しても大丈夫です。ただし、次のような場合にはすぐに病院にいきましょう。

### 【すぐに病院に行ったほうが良いのはどんな場合？】

- 1) 意識がない、又はもうろうとしている(視線があわない)のが続く場合
- 2) 何回も吐いて水分がとれず数時間経過している場合
- 3) けいれんを起こした場合
- 4) 呼吸がゼーゼーしている場合(ただし、発熱だけで呼吸がはやくなりますので、これだけでは問題ありません。)
- 5) がまんできない痛みがある場合
- 6) 生後 3 ヶ月未満(38℃前後で飲みも良く、元気があればその限りではありません。)

### 【発熱した時に気をつけることは何？】

- 1) 水分をこまめに補給すること
  - 2) 保温しすぎないこと
- この2つが原則です。

1) 発熱している場合には水分が失われやすくなります。少しずつでもいいので努めて水分をとらせるようにしましょう。脱水症になると、いくら解熱剤を使っても熱がさがりにくくなります。

2) 「暖めて汗をかかせる」のは危険です。体温はどんどん上がります。衣服やふとんも大人より 1 枚少ないのがちょうどいいくらいです。体温が上がるときに悪寒や手足が冷たくなることがあります。その時には暖めてあげると良いでしょう。上がりきったら暑くなってきますので、その時々で温度調節しましょう。首の周り、わきの下を冷やしても体温は下がります。嫌がれば無理をする必要はありません。

熱さましシートはひんやりと気持ちいい効果はありますが、**解熱効果はありません**。おでこに貼ったものがずれて、鼻と口を覆ってしまい、窒息した事故が起こっています。使う時には注意が必要です。

## 【解熱剤は何度以上で使うの？】

熱でつらそうな場合だけお使いください。

目安は 38.5℃ですが、元気そうであれば使う必要はありません。すやすや寝ているのにわざわざ起こして使う必要もありません。熱で脳にダメージがでることはありませんので、無理やり下げる必要はないわけです。ひたすら水分補給に気を配りましょう。

## 【お風呂は入れるの？】

熱がある場合は入れない方がよいでしょう。

お風呂でかぜが悪化することはありませんが、体力が消耗してしまいますし、熱があるのにお風呂に入るのはつらいので避けた方が良いでしょう。下痢(ゲリ)などでおむつかぶれがひどい場合におしりをさっと洗うくらいなら大丈夫でしょう。

## ◆コラム1◆ 医師は熱型(ねっけい)を知りたい！

熱が続くときに熱がどのように続いていたか(これを熱型といいます)が、医師が病状を診断するのに重要な情報となります。

一口に「熱が続いている」といっても、その間切れ目なく出ているのか、解熱剤なしでも下がっていた時間がまとまっているのか、という情報が病気の連続性を判断する上で大切な情報となります。例えばかぜの発熱で、一度解熱した後2日たってまた発熱した場合には、別の感染症にかかった、あるいは2次感染を併発した可能性もあります。

1日のうちの変動も重要です。午前中に熱はないが、午後あるいは夜になると熱があがるとか、40度になったかと思えば、37度台になるのを繰り返し、ジグザグしたグラフになるといった場合では普通のかぜではみられないパターンなので、別の病気かもしれないということを念頭に診断を進めることになります。

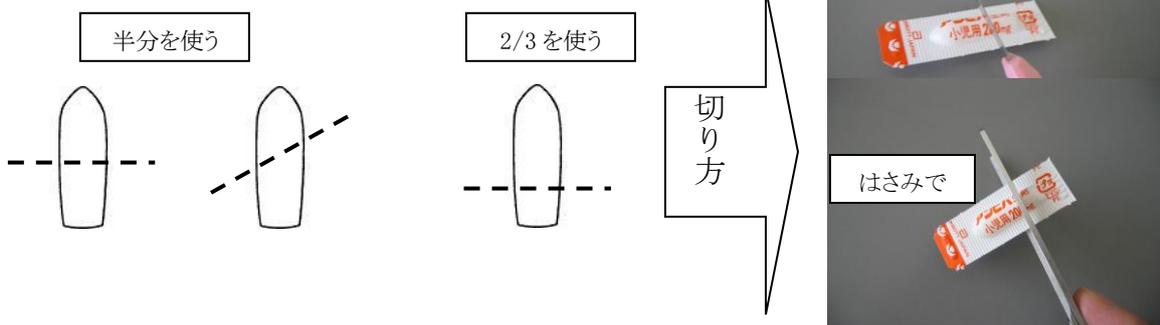
受診の際、熱の経過を医師に伝えられるように記録しておくことが大切です。

## 坐薬の使い方

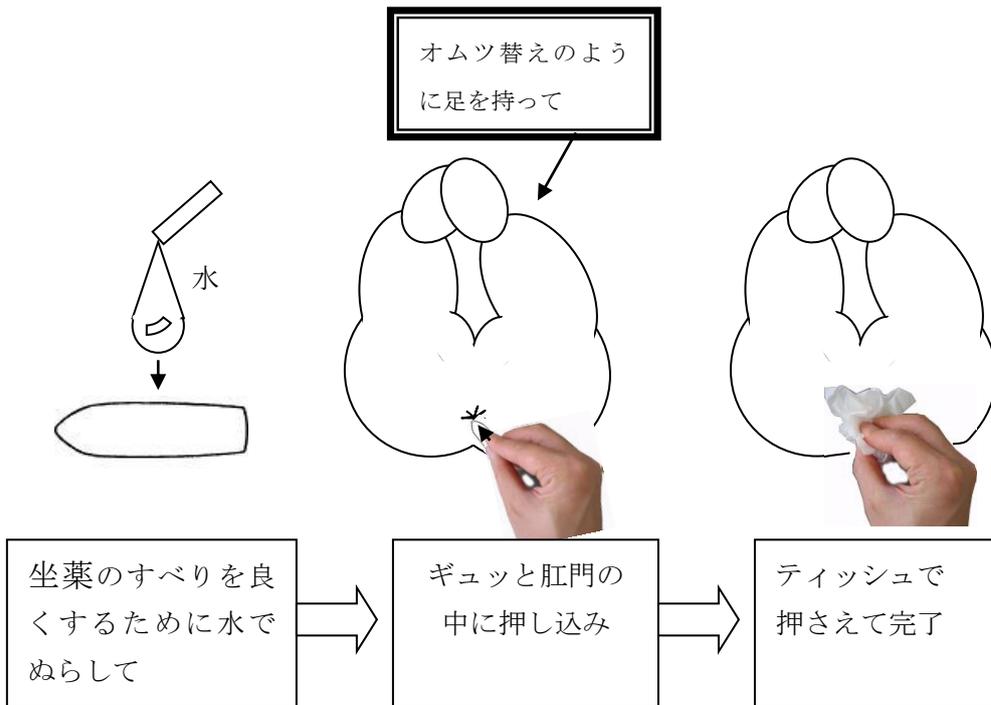
①量を確認してください。

処方された量か確認してください。

②坐薬を切って使うようにいわれた場合



### ③入れ方



### ④こんな時どうする？

1 入れたら便と一緒に坐薬が出てきた。

まるまる形が残っている、あるいは少し溶けているが、形がある程度残っている場合(5～10分以内)には新しいものをすぐに入れても構いません。どろどろに溶けている場合にはある程度吸収されていますので、そのまま様子を見て4時間くらいたっても効果がなければもう一度入れても構いません。

2 他の坐薬をいっしょに使いたい。

同時に使うとお互いの吸収を阻止しあって効果がでにくくなります。前の坐薬を使って30分たってから別の坐薬を入れましょう。

3 解熱剤の坐薬を入れても熱がさがらない。

解熱剤が効くまで2時間かかります。下がっても平熱にはならず、平均1.6℃下げるだけです。基本的に熱で脳がおかしくなることはありませんので、様子を見てもかまいません。熱が下がりにくい原因として厚着などの暖めすぎや水分不足の可能性があるので、水分を与え、涼しくして様子を見てください。

