

こどもの発熱

人間の体にウイルスや細菌が入ると熱がでます。体温が高いとウイルスや細菌は増殖しにくくなるのです。つまり、ウイルスや細菌が体内でどんどん増えるのを発熱によっておさえることができるので、発熱はからだの自然な防御反応です。ですから、熱が出たからといってすぐに下げなくてはいけないというものではありません。

熱があっても、機嫌がよく食欲も普通であれば、気分が落ち着くように氷枕やアイスノンなどで頭を冷やしながらかんたにして様子を観察しましょう。熱が高くてつらそうな時、その苦しさを少し軽くしてやって体力の消耗を最小限にする程度に解熱剤を使うのが良いでしょう。平熱まで下げる必要はありません。また、脱水を防ぐために水分を50~100ccずつ頻回に与え、水分補給をしましょう。

坐薬について

- ・坐薬はおしりから入れて効く薬です。
- ・15度以下(冷蔵庫)で保管してください。
- ・使う時はちょっと先をぬらしたりすると痛くなく入れられます。

こどもがひきつけをおこしやすいのは38℃。その他の場合は38.5℃を目安に解熱剤を使用してよいでしょう。2度目の使用には6時間以上の間隔をあけて使ってください。

解熱剤には肛門に差し込む坐薬と口から服用する頓服薬とがあります。どちらも効き目は同じです。30分くらいで効きはじめ、2~4時間で最高の効果を示し、6時間くらいで効果がうすいできます。薬が飲めない子、嘔吐している時などは坐薬がよいでしょう。上手に薬が飲める子、下痢をしているときなどは内服薬がよいでしょう。

頓服について

- ・頓服は「その時だけ」のお薬です。ずっと飲み続けることはしないでください。
- ・頓服があまった時、常備薬としてとっておけますが、変質することもあるので下記くらいまでにしてください。

粉薬は1ヶ月。シロップは冷蔵庫で1週間。

坐薬は冷蔵庫で保存して半年間。

錠剤は半年間(包装から出していないもの)

こんな時はどうしたらよいでしょう？

- Q.解熱剤を使っても熱が下がらないのですが？
- A.平熱まで下がらなくても0.5度から1度下がるだけでもだいぶ楽になります。氷枕やアイスノンもあわせて使いましょう。
- Q.坐薬を入れたらすぐ出てしまったのですが？
- A.15分以内に出てしまった場合はもう一度入れてもかまいません。
- Q.こんなに熱が高いのですが、脳に異常はおこらないでしょうか？
- A.一時的な高熱では脳に異常がおこることはありません。長く(10分以上)ひきつけたり、繰り返してひきつけがある時は、必ず受診してください。
- Q.解熱剤が手元にないのですが、どうしたらよいでしょうか？
- A.氷枕やアイスノンを使用し、水分を少しずつ与えて様子をみてください。それだけで下がる場合もあります。
- Q.たくさんくるんで汗をかかせた方がよいのですか？
- A.厚着をしたり、部屋を閉めきって無理に汗をかかせる必要はありません。むしろ熱がこもって、けいれんをおこしたりします。手足まで汗ばみ、顔も赤くなっているような時は、なるべく薄着で掛け物も少なめにしてください。