

発熱

ねつが
でたとき

発熱について

- 子どもでは一般的に **37.5 度以上**を発熱と考えます。

- 発熱の原因で多いウイルスは熱に弱いです。

熱は体の免疫の反応であり、高熱を出すことで病原体とたたかっています。

そのため**急いで熱を下げる必要はありません。**

- 熱の高さと病気の重さは必ずしも関係ありません。

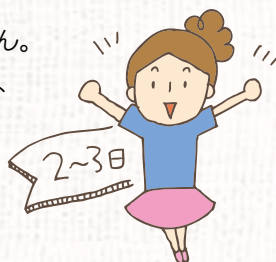
- 子どもの発熱の原因のほとんどは感染症です。

2～3日熱は続くが自然に下がることがほとんどです。

- 高熱だけが原因で脳の障害は起きません。

- 幼児で 39 度以上の発熱は珍しいことではありません。

- 脳の障害の原因となる髄膜炎や脳炎は、何度も吐く、ぐったりして反応が悪いなどの症状を伴います。



解熱剤について

- 解熱剤には病気を治す効果はありません。

一時的に（約4～5時間）熱を少し下げるだけです。

- 解熱剤にけいれんの予防効果はありません。

熱が高くても元気なら、**解熱剤を慌てて使う必要はありません。**

高熱でつらく水分がとれない・眠れないなどの場合に使いましょう。

- 5～6 時間以上の間隔をあげ、1 日 2 回くらいを目安に。

使用する解熱剤は、病院で処方されたものか、薬局で購入するときは「アセトアミノフェン製剤」と薬剤師に伝えてください。



病院で処方

薬局で「アセトアミノフェン製剤」

※生後 6 ヶ月未満では原則解熱剤は使いません。

すぐに受診

- ☐ 3ヶ月未満児で38度以上の発熱がある
- ☐ ぐったりして顔色が悪い
- ☐ 呼びかけてもぼんやりしている
(眠ってばかりいる)
- ☐ 何度も嘔吐する
- ☐ 水分がとれず、半日以上尿が出ない
- ☐ 初めてけいれんした。

診療時間内に受診

- ☐ 元気でも発熱が3～4日以上続いている
熱が出て、比較的元気で水分もとれるようなら、
夜中や休日に緊急受診する必要はありません。

おうちケアのポイント

Point

こまめな水分補給と温度調節

- 1 熱をこまめに測りましょう（一般的に朝低く夜高い）。
- 2 朝熱が下がっても、午後から再び発熱することが多いので、**午前中に病院を受診**しましょう。
- 3 元気があれば、ぬるめのお湯で短時間の入浴は可能です。
- 4 水分補給はこまめに。
 × 甘すぎたり塩分の強すぎるもの
 ○ 乳幼児用イオン飲料・お茶・湯冷まし
- 5 熱の出はじめは、寒気がして震えるので保温を。
手足が熱く顔も真っ赤になってきたら
薄着にし、できれば首や脇の下、
足の付け根を冷やしましょう。

