

小児の発熱

小さなお子さんが夜間や休日等に発熱した場合、すぐにお医者さんに診てもらった方がいいのか迷ってしまうことがよくありませんか？ 今回はお子さんが発熱した時、家族の方からよくされる質問を中心にお話させていただきます。

Q: 何度以上から熱なの？

A: 一般的には腋下で 37.5℃以上を発熱としています。しかし、個人差もあるので平熱よりも 1℃以上高ければ発熱と考えてよいでしょう。

Q: 熱は体に悪いの？

A: 発熱は免疫反応を高めてバイ菌(細菌やウイルス)の増殖を抑える働きがあります。つまり、発熱は重要な生理反応といえますから、けっして悪いものではありません。

Q: 高熱は脳を障害するの？

A: 熱はバイ菌と闘っている時にでるもので、生体の抵抗力を高める作用があります。よって発熱自体が悪い影響を与えることはありません。自分が発する熱で脳が障害されるとはまず無いと考えてよいでしょう。

Q: 熱が高いほど重い病気なの？

A: 熱の高さと病気の重さとは必ずしも比例しません。高熱でも機嫌が良く、食欲があり、水分がとれていればあわてることはありません。

Q: 熱がでたらどうしたらいいの？

A: 熱があがってふるえたりしているときには掛け物を多めにし、逆に寒気がおさまり暑がるときには、薄着にさせ冷やしてください。食欲が落ちている時には、無理に食事はせず、水分の補給を心がけてください。

Q:どんな時に解熱剤を使うの？

A:38.5℃以上で、頭痛、筋肉痛、耳痛、不機嫌、食欲低下等しんどそうなときに使用するようにしましょう。38.5℃以上の発熱があっても元気であれば、解熱剤は使用しないで様子を見るだけでいいでしょう。また生後6ヶ月未満の乳児には、低体温をきたす可能性があり、解熱剤は使用しない方が良いでしょう。

Q:どんな時に診てもらったらいいの？

A:熱以外に意識がはっきりしない、顔色が悪い、激しい咳、強い頭痛、何度も吐いたり下痢をする等の症状がある場合、どうしても水分が取れない場合、41℃以上の発熱、生後3ヶ月未満の発熱であれば早めに受診したほうが良いでしょう。