

# どうしたらいいの？ 赤ちゃんの病気

- 熱がでた
- 吐いた
- 下痢をした
- けいれん（ひきつけ）した
- 参考になる情報



## 熱がでた

赤ちゃんの体温は大人より高めですが $37.5^{\circ}\text{C}$ 以上あれば熱の始まりと考え、気をつけて様子を見ましょう。いつもと変わらなければ、薄着にしたり、室温を下げたりするだけで、平熱に戻ることもあります。熱があっても、機嫌が良く、普通に飲んだり食べたりすれば、あわてなくて大丈夫。医療機関が開いている時間に受診しましょう。

**熱が上がる途中**は手足も冷たく、本人も寒がるので**温めて**あげましょう。逆に**上がりきってしまう**と暑いので**冷やして**も良いでしょう。



$38.5^{\circ}\text{C}$ ~ $39.0^{\circ}\text{C}$ 以上の熱が出た場合、不機嫌なら解熱剤を使っても良いですが、元気であれば必要ありません。高熱だけで頭はおかしくなりません。

熱の経過やその他の症状（せき、鼻水、下痢など）をメモしてかかりつけ医に伝えましょう。





## ワンポイント

平熱には個人差があります。元気な時に、一日に数回測ってお子さんの体温が一日のうちでどう変化するかを知っておきましょう。

## 吐いた

吐き始めたばかりで、吐いた後にけろっとして機嫌が良ければ、しばらく様子を見ても良いです。

母乳やミルクをうけつけないときは、**イオン飲料**などをあげてみましょう。

はじめは、**スプーン**などで**一さじずつ与えます**。吐かなければ**徐々に増やしてあげて下さい**。

途中で吐いたときは、30～60分程度休んで、再び少量から試して下さい。欲しがるからといって、一気にたくさん飲ませると吐いてしまいます。それを繰り返すと脱水を起こします。



## ワンポイント

吐いた後もすっきりせず、顔色が悪く元気がないときは、早めに受診しましょう。

## 下痢をした

下痢便が水のように、何度も大量に出る場合は、脱水を起こすことがあります。下痢で失われた水分や電解質を、効率よく補うことが大切です。下痢をするからといって水分を与えないのは誤りです。

水分や電解質を補うには、**母乳・ミルク以外に、脱水専用のイオン飲料（経口補水液）などがおすすめです。**すぐに手に入らなければ普通のイオン飲料でも結構です。下痢がひどいと、ジュースや果汁は効率よく体に吸収されないのを避けましょう。



市販の経口補水液

下痢をしても、元気があれば受診を急ぐ必要はありません。



### ワンポイント

血液や粘液が混じった便がでた場合は、その便をかかりつけ医に見せて下さい。写真を撮っておくのも一つの手です。色が悪いときや不機嫌なときは、早めに受診しましょう。



## けいれん（ひきつけ）した

生後半年以降に起こるけいれんのうち、最も多いのは熱性けいれんです。お子さんの10人に1人くらいは起こします。比較的心配のないけいれんで、急に高熱がでたときに起こります。

けいれんを起こしているときは普通は意識がありません。けいれん中には嘔吐することがあるので、**横向きに寝かせて吐物をのどに詰まらせないようにしましょう。**

けいれん中に舌をかむことはないので、口の中に手や物を入れるのはやめましょう。



けいれんがいつから始まり、**いつ止まったかは、時計で確認して下さい。**ほとんどは数分以内に止まりますが、**5分以上続く場合は救急車を呼びましょう。**

**けいれんが続いた時間、目の向き、手足の様子**を注意して観察し、かかりつけ医に説明して下さい。



### ワンポイント

熱性けいれん以外にもいろいろな原因によるけいれんがあります。意識がもどらないときや、普段と様子が違うときはすぐに受診して下さい。

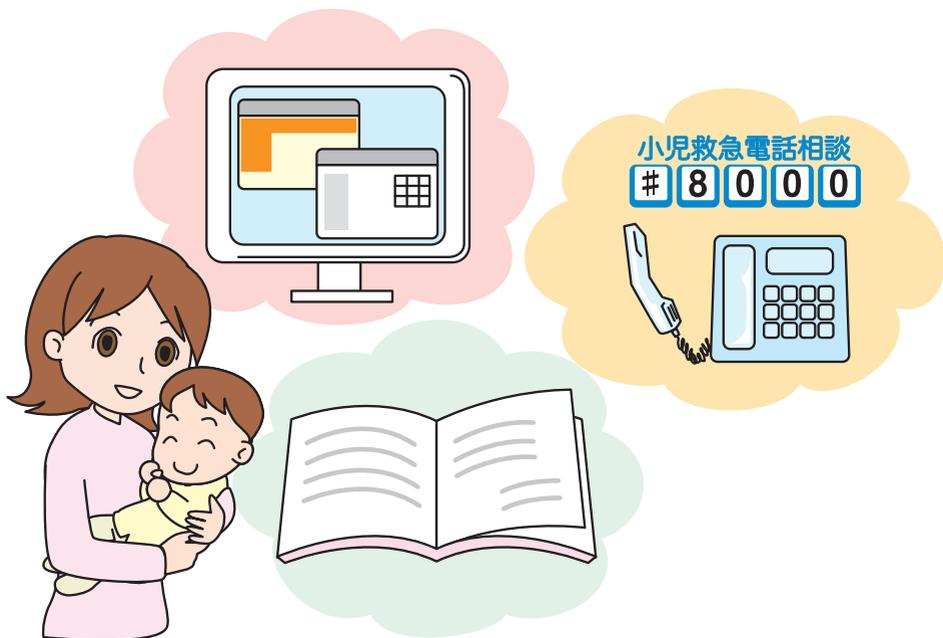
## 参考になる情報

- **愛媛県小児科医会** (<http://www1.ehime.med.or.jp/epa/>) : 県内の身近な情報も含めて子育て全般に関する情報がぎっしり詰まっています。
- **こどもの救急** (<http://kodomo-qq.jp/>) : 日本小児科学会のこのホームページは受診すべきかどうかの目安を示してくれます。
- **小児救急医療電話相談** : #8000に電話すると症状に応じた適切な対処方法や、受診する病院などのアドバイスが受けられます。  
(受付時間 : 毎日19:00~翌8:00 平成26年10月1日現在)



## ワンポイント

インターネット・雑誌・口コミ。いろいろな情報があふれていますが、誤った情報、かたよった情報もたくさん含まれています。大事なことはかかりつけ医に相談するようにしましょう。



平成26年10月1日改訂

愛 媛 県  
愛 媛 県 医 師 会  
愛 媛 県 小 児 科 医 会

〒790-8585 松山市三番町4-5-3  
☎089-943-7582