

どうしたらいいの？ 赤ちゃんの病気

- ❖ 熱が出た
- ❖ 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



デジタルブック スマホやタブレットで読めます。

●文字サイズ拡大、自動音声読上げ ●6言語で読める・聞ける（音声読上げ対応）

Translated into 英語 (English)、韓国語 (한국)、中国語 (簡体字 (简体中文)・繁体字 (繁體中文))、ベトナム語 (Tiếng Việt)

※ベトナム語のみ、音声読上げ非対応です。

二次元コードを読み取ると「利用の仕方」が開きます。内容を確認後、デジタルブックをお読みください。

☼ 熱が出た

赤ちゃんの体温は大人より高めですが 37.5°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。



$38.5\sim 39.0^{\circ}\text{C}$ 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、**経口補水液**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ください。

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ください。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、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。

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。



市販の経口補水液



ワンポイント

血液や粘液が混じった便が出た場合は、その便をかかりつけ医に見せてください。写真を撮っておくのも一つの手です。顔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、急に高熱が出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^{おうと}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、**時計で確認してください。**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ください。



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ください。

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。
- **こども医療でんわ相談** : #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：平日（月～金）19:00～翌8:00
土曜日 13:00～翌8:00 休日 8:00～翌8:00

令和4年6月1日現在



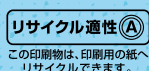
ワンポイント

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。**



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
FAX 089-933-1465

令和2年10月 第1刷発行
令和6年 4月 第5刷発行