

はつねつ  
38.0℃以上の発熱

ひとつでもあればすぐに受診！

- 生後3ヵ月未満で38.0℃以上の熱がある
- 元気がなく、ぐったりしている
- とろとろと寝てしまう
- おしっこが半日くらい出ない
- 水分をとるのをいやがる



通常の診療時間内に受診

- 水分や食事がとれている
- 機嫌が良い
- 顔色が良い
- 熱があっても夜は眠れる
- 発熱以外の重い症状がない



.....  
ただし症状が大きく変わったら、すぐに医療機関へ

## 家庭での対応

- ✦ 熱の出始めは寒気がするので温かく、熱が出きったら涼しく、衣服や布団を調節
- ✦ 水分補給をこまめに（乳幼児用イオン水など）
- ✦ よく汗をかくので、こまめに着替えを
- ✦ 熱があっても元気そうなら、解熱剤を使うのは控える
- ✦ こどもが気持ち良さそうなら、氷枕などで冷やして



## 体験談

生後10カ月の時に初めての発熱。熱があるからと毛布にくるみ、かかりつけ医に受診しました。先生は「元気があるから大丈夫。熱が上がって暑そうだから薄着にしてくださいね」と着せすぎについてやさしくアドバイス。熱が上がるまでは温かく、上がりきったら衣類や掛け物を調節して涼しく過ごすことが分かりました。体温調節が未熟な子どもだからこそ細やかな対応が大切だなと実感した体験でした。

M. Hさん

解熱剤は使いすぎに注意。基本的に38.5℃以上で使用します。使用して38℃台に下がれば良しとしましょう。（23ページ参照）

