



こんなとき、どうする？

## ①こどもの急病： **ねつがでた**

発行：あおぞら生協クリニック

### ☆発熱は体の防御反応のひとつ

体は、体内に入りこんだ病原体の活動を、熱を出すことで抑えようとしています。

38℃くらいまでで機嫌よくしていたり、スヤスヤ眠れるときは、あわてず様子を見てください。

それ以上で、フラフラしたり、機嫌が悪くなったり、ぐったりするような時は受診しましょう。

また、他にいつもと違う症状があれば、チェックしてください。

### 医師に伝える事

- 熱は何度あるか
- 熱はいつごろからか
- 熱以外の症状は？
- 食事や水分はとれているか？



### 熱がでたらどうするの？

- 熱のために失われる水分を補いましょう。
- 手足が冷たく、寒気があれば、体を温め、汗をかいたら体を拭き、衣類やシーツを変えましょう。
- 熱の高い時、いやがらなければ頭や首を氷枕などで冷やしてあげましょう
- 室温を快適にし、新鮮な空気に変えましょう。
- 食欲、元気さ、他の症状の悪化に注意しましょう。
- お子さんに合ったねつさましの使い方を、かかりつけの医師に確かめておきましょう。また、指示通りに使いましょう。(大人に使う薬は、子どもには禁です)
- 朝晩の平熱を知っておきましょう。

# ねつが出た時のチャート

38℃以上の発熱

1回目の体温測定後、室温や衣類を整えて安静にし、30分後にもう一度計る



**3ヶ月未満赤ちゃん**  
38℃未満でも少し様子を見て、体温がさらにあがってくる場合は受診する。

**3ヶ月以上の赤ちゃん/子ども**  
①元気がなく、ぐったりしている  
②おしっこが出ない  
③活気がない  
④よく眠れず、ウトウトしている  
⑤水分をとるのを嫌がる

熱が下がった

様子を見る



**36℃未満の低体温**  
低体温の時も要注意、要相談  
ぐったりしていて水分も受け付けられない時



**救急医療機関を受診!**

1つでも「ハイ」がある

1つも「ハイ」がない



翌日の朝、かかりつけ医へ

時間とともに具合が悪くなったら、時間外なら救急医療機関を受診

## 急病時の問い合わせ先

◎尼崎医療センター 休日夜間診療所  
(☎06-6436-8701)  
診療時間 平日(月~金) 21:00~23:30  
土曜日 16:00~23:30  
日曜/祝日 年末年始(12/29~1/3) 9:00~23:30

◎阪神尼崎北広域こども急病センター  
(☎072-770-9988)  
受付時間 平日(月~金) 19:30~翌朝6:30  
土曜日 14:30~翌朝6:30  
日曜/祝日 年末年始(12/29~1/3) 8:30~翌朝6:30

◎あまがさき小児救急相談ダイヤル  
(☎06-6436-9900) 毎日0:00~翌朝6:00

