公立世羅中央病院だより No.156

子どもの発熱　－どうしよう－

小児科　　小松　弘明

コロナに加えてインフルエンザなど高熱を呈する病気の流行が気になる時期になります。子どもの熱の多くはウイルス感染（いわゆる風邪）によるものです。こじれなければ自身の持つ免疫の力で感染に打ち勝ち、自然に回復します。なので稀ではあるけれど、悪い熱を見逃さないことが大事になります。高熱を出すと保護者の方はとても心配でしょう。何が原因の熱だろう、すぐ受診したほうが良いかしら、解熱剤はあったかな…。どうすればよいのか一緒に考えてみます。

小児科を受診したときを思い出して、まずは子どもをしっかりと診てみましょう。子どもは自分でうまくつらさを伝えられません。観察が大事です。

第一印象は大切です。いつも一緒にいる保護者の感覚はするどいものです。何となくいつもと違って悪い気がする時は無理せず早めに受診をして下さい。熱以外の症状はどうでしょうか。意識ははっきりしていますか。飲んだり食べたりはできそうでしょうか。

よく見てみましょう。顔色は悪くないでしょうか。呼吸が苦しそうとか、どこかが痛そうとかはないでしょうか。いつもと違う仕草や行動はありませんか。ブツブツはありますか。口の中やのどの様子はどうでしょうか。

あちこちを触ってみましょう。熱いでしょうか。痛がるでしょうか。腫れなどはないでしょうか。

よく聴いてもみましょう。ゼイゼイしたり気になる呼吸ではないでしょうか。声や泣き声はいつも通りですか。

次に考えます。

熱の原因は何でしょう。大まかに熱の原因は３つです。コロナなどのウイルスの感染によるもの、溶連菌など細菌の感染によるもの、ワクチンの副反応などそれ以外の理由によるものの３つです。最近の日常の様子、家族内や通園通学先の流行などで思い当たることがありますか。咳も鼻水もあれば普通の風邪の可能性が高いでしょう、熱だけしか症状がない場合は逆に判断が難しく注意が必要です。

年齢も重要です。生後３－４か月までの熱は注意が必要です。乳幼児は熱以外の症状がはっきりしない場合もあり、また熱によるひきつけ（痙攣）の怖れもあるので油断できません（もし痙攣を起こした場合は落ち着いて、すぐに救急車を呼んで下さい）。

ここで、すぐに小児科への受診をするか、夜間なら当番医当直医でよいので解熱剤などの応急処置を希望するか、しばらく自宅で様子をみてみるか（まずは翌朝まで）を考えます。状態が許せば、コロナやインフルエンザの感染を疑う場合でも翌日の受診と検査で十分です。熱は４－５日を超えて続かないように受診します。解熱剤はアセトアミノフェンを使用します。（10kgの子なら100mg、20kgなら200mg、最大量400mgまで。）

これを繰り返して、経験を積んでいってより正しい判断ができるようになります。医療者ではないからと尻込みせずに、無理のない範囲で頑張ってみて下さい。判断に困ったら＃8000（19時～８時、通話料のみ）に電話相談することもできます。

※ワクチン接種により恐い感染症を予防することができます。早めに打つよう心がけて下さい。

オンライン面会を行っています。

予約制となっておりますので御希望の方は

公立世羅中央病院　☎０８４７－２２－１１２７へお問合せください。