

放送日： 平成 20 年 8 月 18 日

タイトル： 子供が熱を出したときの対応について

担当者： 医師 吉田 大輔

公立甲賀病院小児科の吉田大輔です。今回は、小さなお子様が発熱した場合の対応について、お話しさせていただきます。

ただ発熱と言っても、その原因によって様々な対応が考えられますが、ここでは、一般的な上気道の感染症、いわゆるカゼによって発熱している場合を考えます。

まず、発熱はどうして起きるのでしょうか？体の中に病原体が侵入した場合、人間の体は、これと戦おうとします。体温は、脳によってコントロールされていますが、体温をあげることによって、病原体の増殖を抑えたり、免疫力を活発化させようとするのです。

発熱は、病原体が悪さをして起こしているわけではなく、コントロールされた体温上昇なのです。ですから、必要以上には上昇しませんし、人間の体が耐えられないほど上昇することはありません。具体的には、40~41℃以上になることはなく、人間の体は一般的に 42℃程度までは異常を来すことはないとされています。小さいお子様が発熱した場合、よく、「こんなに発熱して頭は大丈夫なのか？」と聞かれることがありますが、発熱が直接、脳や内臓に悪影響を与えるということはありません。

熱が上昇するときには手足が冷たくなり、寒気を訴えます。このようなときは、毛布を掛けるなどして暖かくしてあげてください。逆に、手足まで熱くなって寒気がおさまったら、体温上昇が止まった合図ですので、掛け物を取って涼しくしてあげてください。

むやみに解熱剤をつかって下げようとしても、とくに初期のうちはすぐに効果が切れて体温が上昇します。この体温の上下は子供にとって大きな負担となりますので、熱があっただけで解熱剤を使用するという対応は、望ましいものではありません。熱があっても、回りの興味を示したり、ゆっくりと寝息をたてて眠っている場合などは、氷枕の使用や、濡れたタオルで首や脇の下、足の付け根を冷やすことで、緩やかな体温コントロールをすることが大切です。なお、市販の熱冷ましシートは、熱を下げる効果は全くありませんので、注意してください。

熱でぐったりとしてしまったり、起きてはいるのに動かない、あるいは眠っているが呼吸が荒いという時には、一旦解熱剤を使って体温を下げ、体力を温存するのが良いでしょう。また、体温が下がっている方が眠りに入りやすいので、時間帯を考えてタイミング良く解熱剤を使うのも、ご両親の大切な仕事です。

解熱剤以外の治療はどうすればどうすればよいのでしょうか。発熱があると食事はとれなくなることが多いですが、水分がとれていれば問題ありません。余りほしがらない場合でも、スプーンで一口ずつかまいませんので、少量ずつ水分を口に入れるようにしてください。全く水分を受け付けられないときや、半日以上おしっこが出ていないときは、病院を受診してください。

夜間の受診は、子供を疲れさせることもありますので、発熱のみで他に症状が無い場合は、一晩休ませた方が良いでしょう。生後 6 ヶ月までの発熱、激しい頭痛や頻度の嘔吐、痙攣、意識がもうろうとしている、ひどくぐったりしている、ゼーゼーして呼吸が苦しそうだといった場合は、夜間であっても受診してください。