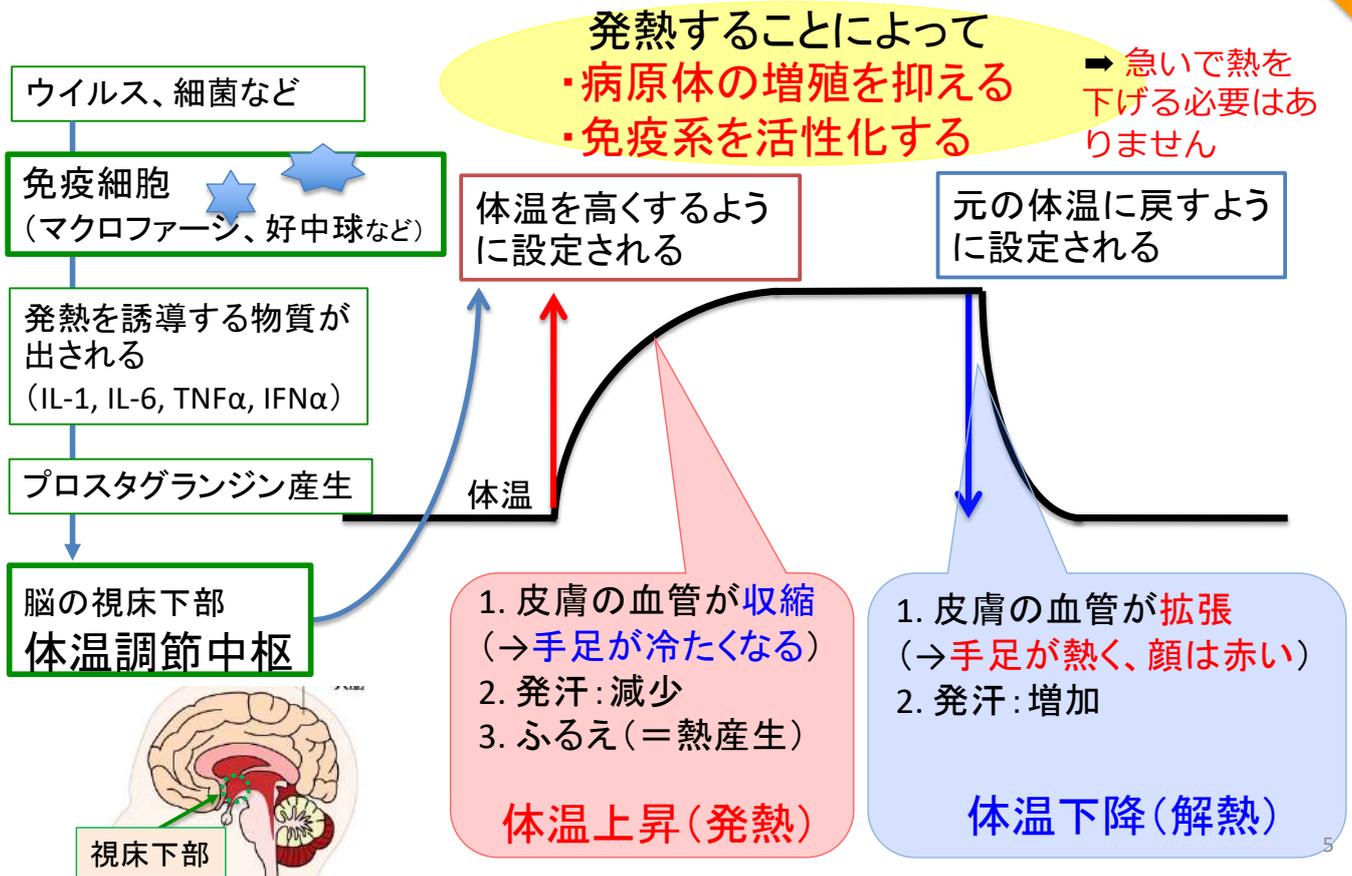


体温調節-発熱と解熱のしくみ



発熱時の対処

□ 熱が上がりはじめて寒気がある時、手足が冷たい時

→ 温める (ふとんをかけたり、部屋を暖かくする)

□ 顔も真っ赤、手足も熱くなってきたら

→ 薄着にして、熱がからだから逃げやすくする。
嫌がらなければ、首の横、脇の下を冷やしてもよい。

注: 乳児のひたいに「冷却シート」を貼ると、ずり落ちて口や鼻をふさいで窒息する危険がありおすすめしません。

積極的に冷やして熱を下げようとしなくても大丈夫です。



解熱剤の使い方

6か月未満ではなるべく使用しない

・ 発熱は病原体と戦うための防御手段のひとつ。熱がでたら必ず解熱剤を使うわけではありません。子どもの不快感を軽くするために使用します。

□ 熱が高くて水分をとれない、眠れない、痛みが強い時など

→ 解熱剤を使って良いでしょう。

□ 熱性けいれんをおこしやすい人

→ まず抗けいれん薬を使ったうえで、解熱剤を使います。

解熱剤にけいれん予防効果はありません。