

しいの木 ニコニコだよ



発熱・解熱剤について

- 子どもの場合、一般的には **37.5 度以上を発熱**とを考えます。
(ただし、平熱がわかっている場合には、平熱 +1 度以上を発熱と考えます)
- 発熱時の心配といえば、高熱が続くと頭がおかしくなってしまうか？と不安になることがありますよね。でも、**40 度程度の高熱でも、脳はダメージを受けることはありません**。それどころか発熱は、体の防衛反応でウイルスや細菌の活動を抑えます。
- 『細菌性髄膜炎』という熱を伴う病気の後遺症で脳がダメージを受けることはありますが、これは熱によるものではなく、細菌が髄膜に入ることによって起こるものなので、重症を見極めるのは熱の高さではなく、機嫌や食欲など、全身症状の情報がとっても大切です。
- 解熱剤を使用せず様子を見る時は、アイスノン（小さな保冷剤でもいいです）や冷却シートなどで冷やすと、爽快感がえられ、睡眠がとれることもあります。大きな血管が通っているところ、**わきの下や足の付け根の部分**を冷やすと効果的です（無理強いせずできる範囲でOKです）



初めてママのよくある心配

Q&A



Q. 解熱剤はどのタイミングで使ったらいいのでしょうか？

熱が上がってきたみたい。そろそろ解熱剤を使ったほうがいいかしら？

A. 解熱剤は病気を治す薬ではありません。使わなくても病気は治ります

解熱剤は少し熱を下げて体を楽にし、その間に水分や睡眠を取れるようにするために使用します。

そのため、**38.5 度以上の熱が出て、ぐったりしている時に使用**しましょう。

熱があっても水分や睡眠がとれたり、元気であれば使用する必要はありません。

解熱剤の効果は一時的なもので、1～2度下がっても、数時間で効果はきれて熱があがってきます。また、熱が上がってくる途中（体が震えている、手足の先が冷たい時）に使用しても、熱の上昇を抑えるのみで、ほとんど解熱効果はありません。**熱が上がりきってから使用**することが望ましいでしょう

※解熱剤は一度使用したら、次回使用するまで6時間は間隔をあげましょう※