

2022年 1月 子育てワンポイント

テーマ 「病気の時の対応」

～発熱・嘔吐・下痢の時～

《 熱がでた時 》

（観察のポイント）

子どもは大人より平熱が高く 37.4 程度までは平熱と考えてよいでしょう。
普段からの子どもの平熱を知っておき平熱以外の全身の状態もよく見て判断しましょう。



（診療中に受診）

水分（ミルクや母乳）が摂れておしっこも出ている。機嫌が悪くなく、すやすや眠ったり、遊んだりできる。

（すぐに受診）

水分が摂れず、半日おしっこが出ない。嘔吐・下痢を繰り返している。ぐったりしている。機嫌が悪くあやしても笑わない。生後 3 ヶ月未満である。

（家庭でのケア）

頭・首・両脇・股の付け根を冷やしましょう。しっかりと水分を取る様にしましょう。発熱時は衣服・室温で温度調節をしましょう。

《 嘔吐した時 》

（観察のポイント）

嘔吐の回数かどうか。吐いたものに血が混じていないか。噴水状態に嘔吐していないか。下痢や血便・腹痛はないか。頭痛や発熱がないか。顔色が悪くないか。

（診療中に受診）

顔色がよく、元気があり、水分も撮れている。



（すぐに受診）

短時間に繰り返し嘔吐している。半日以上おしっこが出ていない、お腹が硬く張っている。吐いたものに血が混じる。頭を打った後に嘔吐を繰り返している。

（家庭でのケア）

脱水症にならないように、こまめに水分を摂りましょう。顔を横に向け吐いたもので窒息しないよう注意しましょう。

《 下痢した時 》

（観察のポイント）

回数や量がどれくらいか。下痢の色と性状。下痢のにおい。他に症状がないか。おしっこが減っていないか。



（診療中に受診）

熱や腹痛がなく、機嫌もよく元気。水分や食事が摂れている。

（すぐに受診）

強い腹痛がある。下痢の回数が多く（1日6回以上）ぐったりしている。血便が続く。半日以上おしっこが出ない。

（家庭でのケア）

お粥やうどんなど消化のしやすいものを食べましょう。水分をこまめに摂りましょう。手洗い、消毒をしましょう。

急にやってくる子どもの病気に心配のあまり慌ててしまいますよね。特に初めての育児では不安になります。子どもの様子がおかしい時にどうしたらいいのかなど医療面での子育て不安を少しでも和らげることがたらと思ひワンポイントさせていただきました。いざという時に慌てず子どもに寄り添えるといいですね。