

熱が出た

逆に36度以下の**低体温**にも注意！

小児救急医療電話相談(8000)を活用しましょう(兵庫県)

受診前には必ず確認の電話を病院へ！
解熱剤の坐薬や頓服をいつも家にストック！
痛み止めとしても使えます。大人の薬は代用禁！

「顔面不良(蒼白やチアノーゼ)で、
「呼吸も弱い」
「意識がない」
「言動がおかしく視線も合わない」
「5分以上のけいれん」
などの時は**救急車**を！

医師に伝えること

- ・熱は何度あるか
- ・熱はいつごろから続いているか
- ・熱以外にどんな症状があるか
- ・水分と食事はとれているか
- ・おしっこが出ているか
- ・そのほかの全身状態

1回目の体温測定後、適切な室温や衣服で安静にさせ、30分後にもう一度測る

発熱は体の負担になりますが、防衛反応のひとつです。
人間はウイルスや細菌等に感染すると熱を出して、体内に入り込んだウイルスや細菌の活動を抑えようとします。平熱との差が1度未満で、全身の状態が良好であれば心配いりません。ほかにもいつもと違う様子がなければ確認しましょう。赤ちゃんは体温調節機能が未熟なため、室温や着せ方によって体温が上がることも。普段から体温を測り、平熱を知っておくことも大切です。

発熱で一番怖い病気の代表が「**髄膜炎**」です。
発熱+嘔吐+頭痛(赤ちゃんなら不機嫌・不活発)と**3つ**そろえば「髄膜炎」の可能性があります。髄膜炎ならば、頭や首筋が痛くて首を前に曲げられなくなるので、あごが胸にくっつくほど下を向いて、お気に入りのおもちゃで遊べるなら、まず安心です。とはいえ、**3つ**の症状が揃った場合や特に生後早期の児の場合は、早期電話相談・早期受診が必要です。

子どもの急な熱で受診した方が良いか悩まれたとき
小児救急医療電話相談(8000)を利用しましょう。(詳しくは2ページ目を参照)

熱が下がった

37.5以上
38度未満の時

機嫌が悪い、又は発熱以外にいつもと様子が違う

発熱以外はいつもと変わらない
機嫌・活気・哺乳力も普通で、
顔色も良く、周りに興味がある

様子を見る

診療時間内にかかりつけ医院を受診
診療時間外に症状が悪化すれば電話相談か夜間休日診療所へ

診療時間内ならかかりつけ医院へ、時間外なら電話相談して
(隣の月齢別や他症状のチャートも参考に)受診場所や時期を決め、受診すること

パパやママが1人で判断するには困難な月齢なので必ず電話相談をして、いつどこに受診するべきか聞いておく。

発熱以外はいつもと変わらない
機嫌・活気・哺乳も普通で、顔色も良く、周りに興味がある

必ず小児科に電話相談しておく
あわてる必要はないが早め(24時間以内)に受診する症状の悪化があれば速やかに小児科を受診する

38度以上のとき

赤ちゃんが生後早期(0~3ヶ月)

機嫌が悪い、又は発熱以外にいつもと様子が違う

診察時間内/外、診療所/病院を問わず、電話相談し、できるだけ早く小児科を受診する！
(他症状のチャートも参考に)

発熱以外はいつもと変わらない
機嫌・活気・哺乳も普通で、顔色も良く、周りに興味がある

診療時間内にかかりつけ医院を受診
診療時間外に症状が悪化すれば電話相談か夜間休日診療所へ

赤ちゃんが4ヶ月以上

機嫌が悪い、又は発熱以外にいつもと様子が違う

診療時間内ならかかりつけ医院へ、時間外なら必ず電話相談して
(他症状のチャートも参考に)受診場所や時期を決め、受診すること

症状は人によって異なるため様子をよく観察して。チャートはあくまでも目安なので、心配な時はかかりつけ医を受診して、医師の指示に従いましょう。

せきが出る



小児救急医療電話相談(8000)を活用しましょう(兵庫県)

パニックになっては(もちろんのんびりしすぎて)いけません。まずはあなた(パパ・ママ)が落ち着いて下さい(芝居でも)冷静な親を見ると、お子さんは安心します。

医師に伝えること

- ・何かを詰まらせてはいないか
- ・特徴的な音のせきが出ているか
- ・発熱、鼻水など、せき以外の症状があるか
- ・機嫌が悪くなったり、食事の量は減っていないか
- ・睡眠はとれているか
- ・アレルギー体質はどうか

のどや呼吸器の炎症のほか防御反応として出るせきもある

特徴的なせきの音で病気がわかることがあるので、まずはどんなせきが出ているのか確認しましょう。せきはのどや呼吸器が炎症を起こしたときだけでなく、異物やほこりを吸い込んだとき、気温の変化が大きいつき、呼吸器の粘膜から出た分泌物をのどから外に出そうとしたときにも出ます。せきは気道にたまった分泌物や異物を体内に入れずに押し出し、呼吸機能を正常に保つための防御反応なのです。気温が下がったときに出るコンコンというせきやおっぱいやミルクを飲んだあとにするゼロゼロ音は、赤ちゃんによく見られるものなので心配いりません。

急に咳き込む

ほかに症状がなく、治まれば元気になっている
 気温が下がったときにコンコンという咳が出る
 授乳後、たんがからんだようなゼロゼロ音が出る
 すぐにでもおさまる
 ようなら病的なもの
 はないので様子を見る

発熱や鼻水などの症状がある(発熱チャートも参考に)
 のどが腫れている。または痛みがある様子
 かかりつけの医院を受診 夜間・休日なら(連休以外)翌日受診

咳き込んで吐く、ヒューヒューゼーゼーと響く
 呼吸をしているが眠れる(横になれる)
 持続するなら左記の咳が続いているの項へ
 お風呂で湯気を十分間
 程度、吸わせると良い
 電話相談して
 できるだけ早く受診

ひどく咳き込み、呼吸困難を起こしている
 (直前に口にしてた豆類や玩具等が詰まった
 可能性が高く、チアノーゼが出て、泣くことも、
 会話も出来ない) 大きな子は自分の口や首に手を伸ばす
 咳で異物が出なければ
 逆さにして背中を殴打!
 大至急救急車を呼ぶ!

咳は軽く、眠れる
 かかりつけの医院を受診 夜間・休日なら(連休以外)翌日受診

咳が続いている

咳や喘鳴で横になれない、眠れない、咳き込んで何度も吐く

夜中に犬かオットセイみたいな咳き込みがさらに悪化し、普段の呼吸でさえヒューヒューゼーと鳴り肩で息をしたり、首の根元がペコペコへこむ呼吸(息を吸う時にしんどいのか、吐く時にしんどいのか?)
 口唇チアノーゼがあるか?などを観察する。

ぐったりし、会話もまともに出来ない
 唇やつめが紫色になる(チアノーゼ)
 本人の呼吸が楽になる姿勢(上半身を起こす)にして
 大至急救急車を呼ぶ!

即電話相談し、家での対処法を聞き、救急車要請が必要かも聞く
 至急受診を要する

症状は人によって異なるため様子をよく観察して。チャートはあくまでも目安なので、心配なときは、かかりつけ医を受診して、医師の指示に従いましょう。

ホームケア

室内は換気、掃除をこまめにして清潔に。湿度を高めに保ちましょう。上体を高くして寝かせましょう。咳き込んだときは起こすか、抱っこして背中をさすってあげましょう。飲物でのどを湿らせてあげると苦しさや和らぎます。

子どもの急な病気・けがなどで受診した方が、良いか悩まれたとき、看護師または必要に応じて医師が電話相談に応じます。

平日・土曜日・・・午後6時～午後10時
 日曜・祝祭日および年末年始・・・午前9時～午後10時
 8000(市外局番が06・072以外のプッシュホン回線・携帯電話の方)
 078(731)8899(市外局番が06・072の方)
 ダイヤル回線・IP電話の方)



医師に伝えること

- ・吐いた回数
- ・吐いたものの内容
- ・どんな状態で吐いたか
(げっぷと一緒に吐くなど)
- ・発熱や下痢など、嘔吐以外の症状について

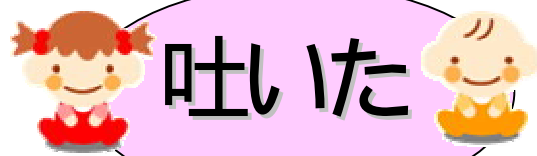
ホームケア

赤ちゃんの好きなものを飲ませる・・・脱水症にならないよう嫌がらなければ、少しずつこまめに水分を補給してあげましょう。

顔、体、衣類、寝具も清潔に・・・口のまわり、あごや耳の中など吐いたものが流れ込んでいるときがあります。しめらせたガーゼでそっとふき取ります。

吐き気が続くときは、**やさしく**だっこ・・・だっこの時は赤ちゃんが吐くことも考えて、お母さんは肩から胸にタオルを当てておくようにします。

寝かせる時は上体を高くして顔を横にして。



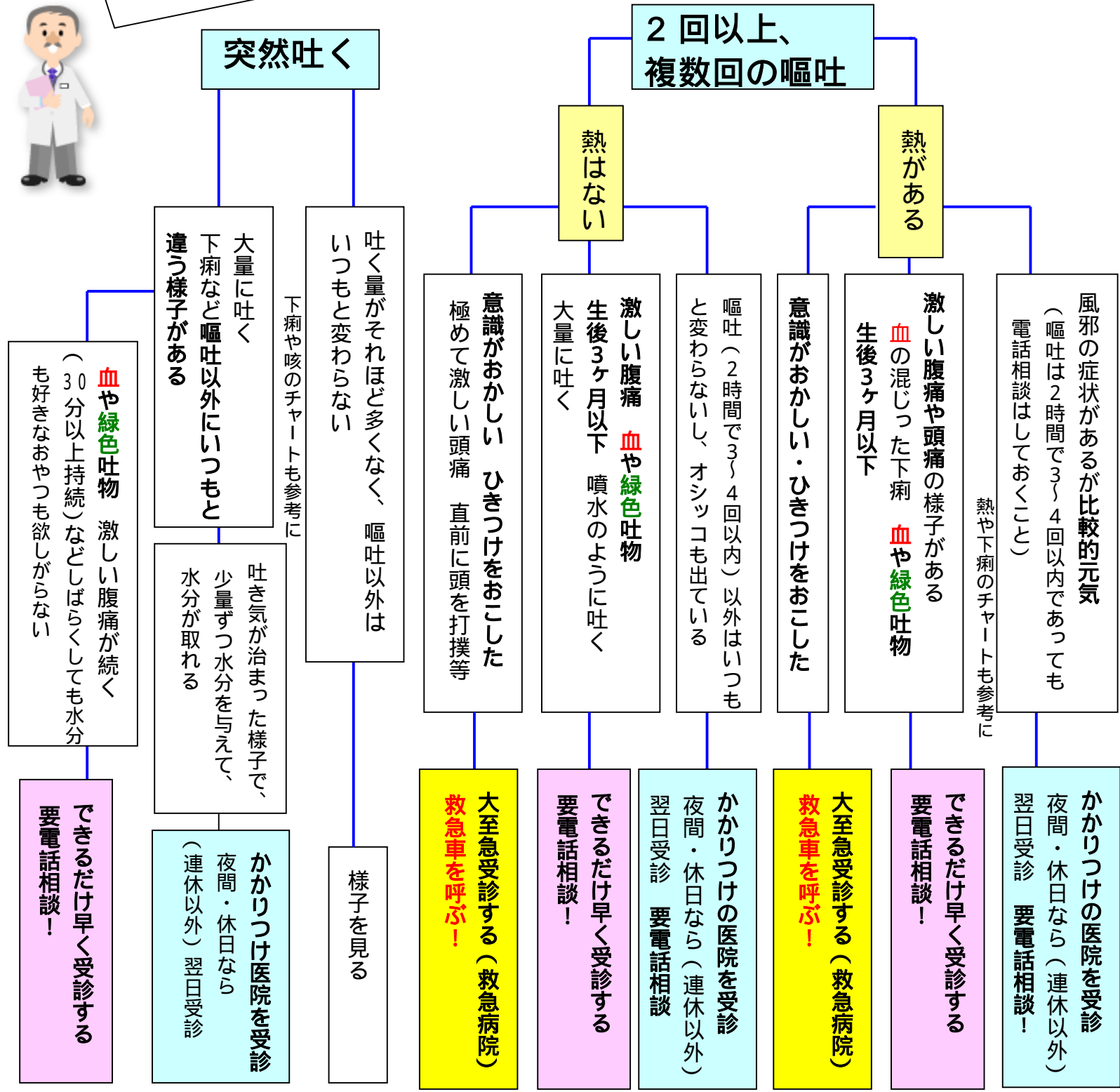
吐いた

小児救急医療電話相談
〔 8000〕を活用
しましょう (兵庫県)

1回吐いたら1~2時間ほどは飲んだり食べたりせずにお腹を休めて！
発熱 + 頭痛 + 嘔吐の3つがそろえば『**髄膜炎**』の可能性あり！要注意！
緑色そして**血性**の嘔吐にも注意！お子さんはパパ・ママに怒られたり、
 怪我の痛み等のストレスや不安が原因で嘔吐することもあります。



症状は人によって異なるため様子をよく観察して。チャートはあくまでも目安なので、
 心配な時はかかりつけ医を受診して、医師の指示に従いましょう。



赤ちゃんは少しの刺激で吐くことがよくあります

赤ちゃんの胃は大人のように曲がった形ではなく、細長い筒のような形をしているため、大人より吐きやすいもの。また、胃の入り口である噴門の筋肉が未熟なため、ちょっとした刺激で吐いてしまうことがあります。

授乳後に口の端からおっぱいやミルクをダラダラと吐く(いつ乳)ことがありますが、元気があり、体重が順調に増えていれば心配ありません。また、げっぷとともにおっぱいやミルクを吐いてしまったり、咳き込んで食べたものをもどすのはよくあることです。吐いた量が多くなく、機嫌がよくてほかに症状がなければ心配いらないでしょう。



下痢

小児救急医療電話相談
(8000)を活用
しましょう (兵庫県)

家族や友人に伝染することがありますので、便や吐物の処理や手洗いをしっかりしましょう。受診時には便の入ったオシメをビニール袋に厳重に包んで病院へ持って行きましょう。

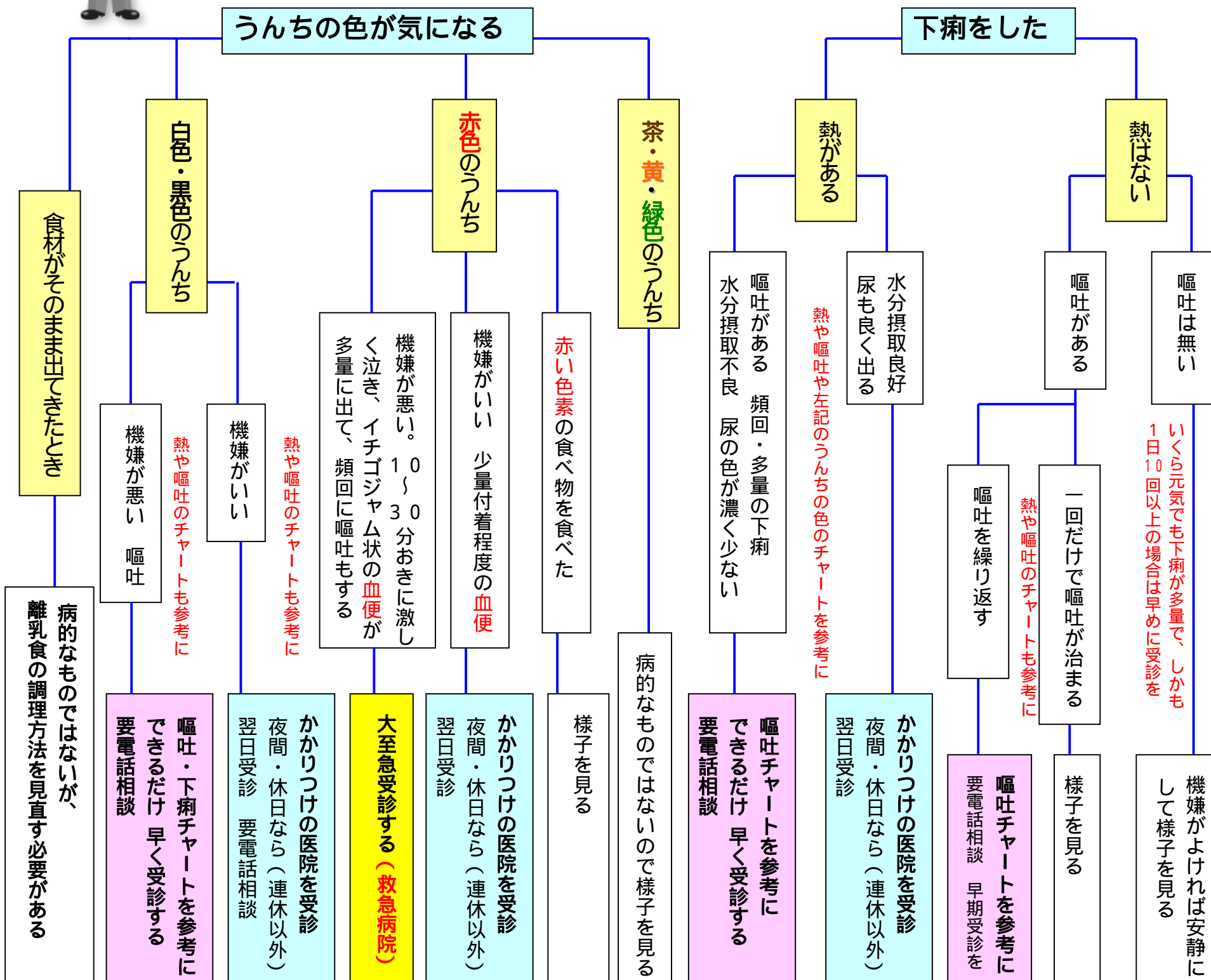
医師に伝えること

- ・排便回数
- ・便の性状(色や硬さ)
- ・最近、飲んだもの・食べものについて
- ・発熱や嘔吐など他の症状について
- ・オシッコの回数や量・色

ホームケア

脱水症状にならないように、水分補給を。食事は消化の良いおかゆなどを与えます。オムツかぶれをするのでガーゼやタオルでおしりを拭きましょう。
時には、シャワーでおしりだけを洗ったり、洗面器にお湯をいれ下半身だけ入浴させ、よく乾かしてからベビーオイルをつけ、オムツを当てましょう。

症状は人によって異なるため様子をよく観察して。チャートはあくまでも目安なので、心配なときは、かかりつけ医を受診して、医師の指示に従いましょう。



赤ちゃんは下痢をしやすい、いつかの色は元々あります

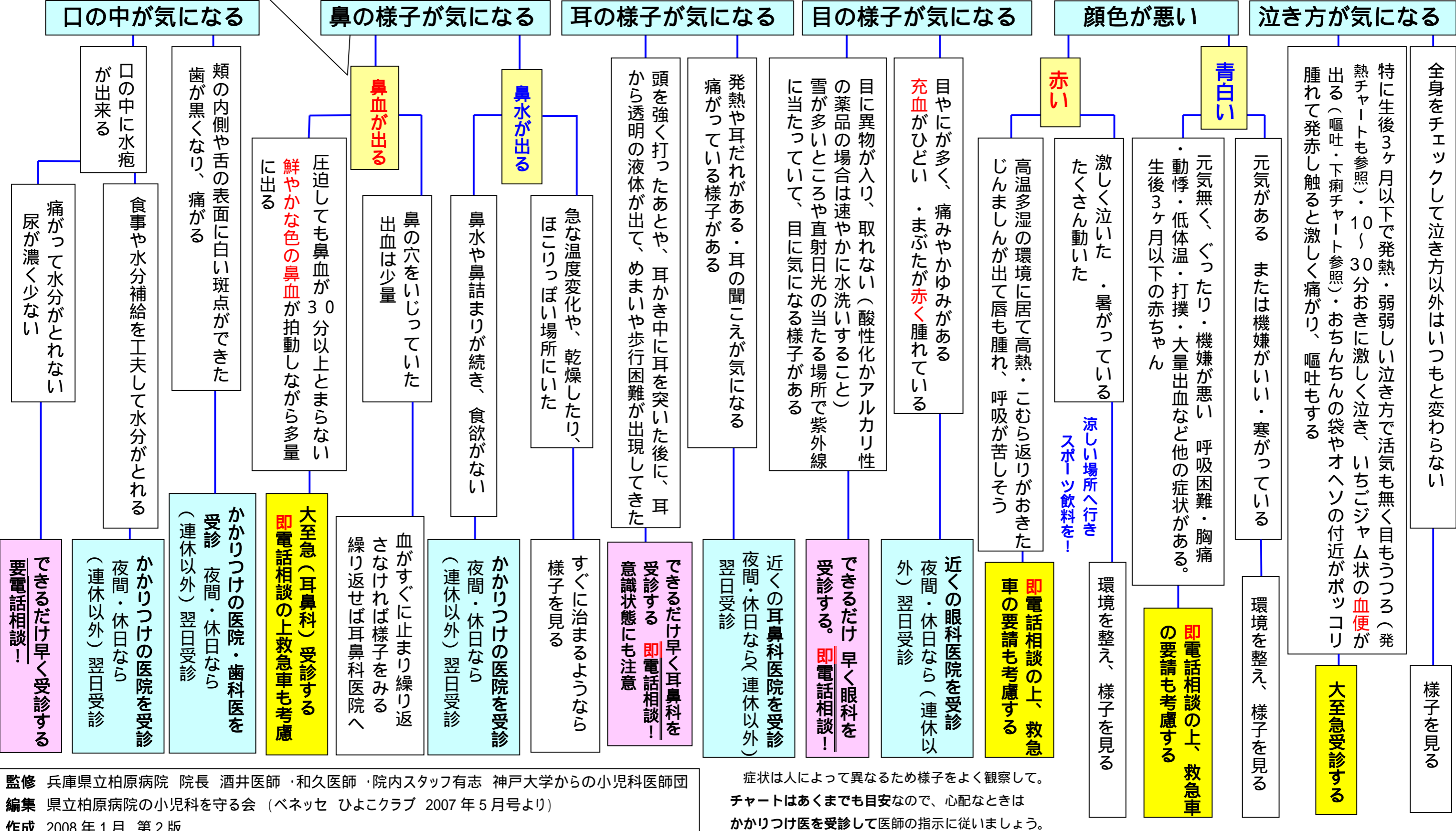
少しくらい緩めのうんちでも、元気で食欲があれば問題ないでしょう。
うんちの状態や排便の回数は個人差があるので、普段から様子をよく観察して。風邪などの全身の病気の一症状として下痢をすることもあります。下痢以外の症状がないか確認を。下痢の時はおしりがかぶれやすいので気をつけましょう。赤ちゃんのうんちの色はおっぱい、ミルク、離乳食のメニューや月齢などによりさまざま。茶・黄・緑色のうんちは病気ではありません。赤・白・黒色のうんちは病気の可能性があるため注意しましょう。



小児救急医療電話相談
(8000)を活用
しましょう (兵庫県)

赤ちゃんは
体温・ご機嫌・活気・飲みっぷり・眼力(周りのものに興味をもっているか?)これらの状態が良ければほとんど問題ないが、特に3~6ヶ月未満の児の場合は早め早めに電話相談するほうがより安心。

鼻血の止め方
15分間鼻をつまんで下を向かせる
血は飲み込まず、口から出す
この止血を2回繰り返してみる。



症状は人によって異なるため様子をよく観察して。
チャートはあくまでも目安なので、心配なときは
かかりつけ医を受診して医師の指示に従いましょう。