



名寄市立大学の窓から知への誘い

子どもによくみられる症状と手当て①「熱が出たとき」

保健福祉学部 看護学科 教授 永谷 智恵

vol.33

子どもの病気は、予告なく、突然やってくる場合があります。大人の場合は自分の症状やつらさを周りの人に伝え対処することができず、子どもの場合は自分のつらさをうまく伝えられません。子どもの病気は進行が早いので、周りの大人が気づかないうちに、発見が遅れたり重症になってしまうことがあります。

そこで、今回から「熱が出た」「下痢した・吐いた」「ひきつけた」などの子どもによくみられる症状と家庭でできる手当てについて紹介します。

症状①「熱が出た」

子どもの病気の症状で一番多いのが発熱です。初めての発熱は、ママもパパも慌ててしまいます。最初に正確に熱を測ること、そして発熱の経過に沿って手当てをすることで、子どものつらさを少しでも取り除いていくことができます。

▼熱の測り方

よく行われるのが、首元から脇の下をめがけて体温計を挿入するやり方ですが、この場合、体温計の先端の感温部（体温を感知する銀色の部分）が脇の中心から外れやすく、1センチずれただけでも正確な体温を測ることができません。

感温部が脇の中心に当たるように腹から脇の中心に向け30〜45度斜め上向きに挿入して測ります。これは子どもだけではなく、大人にも適応します。

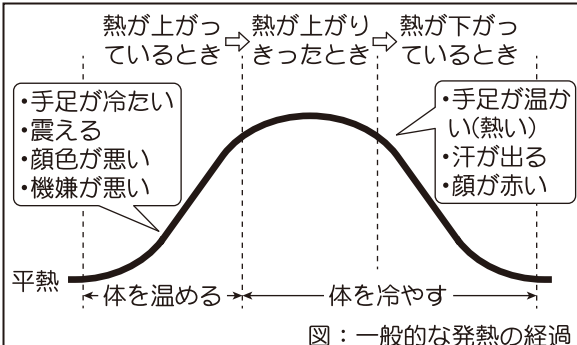
また、汗をかいている場合は体温が低めに出てしまうので、さっとふき取ってから測ると良いでしょう。

最近では耳式体温計もよく使われています。すぐに測定でき、子どもへの負担が少ないのが特徴ですが、数値の変動があるので、複数回測ってみましょう。

▼熱の経過と手当て

熱の経過によって手当て

がまったく異なります。熱は大きく分けて「上がっているとき」「上がりきったとき」「下がっているとき」に分けられます。



図：一般的な発熱の経過

「上がっているとき」は体がガタガタ震えたり、顔や唇の色が悪くなります。さらに手足が冷たくなり活気が無くなります。乳幼児は機嫌が悪くなり、いつも以上に抱っこを求めてきたりもします。これは寒がっている症状です。毛布などで

体をしっかりと覆い温めます。必要なときは電気毛布や湯たんぽなども使うと効果的です。

熱が「上がりきったとき」「下がっているとき」は、顔が赤くなり、だんだんと汗が出てきます。手足を触ってみてください。温かく熱く）なっていると熱が上がってきた証拠です。このときの手当ては、先ほどの熱が上がっているときとは逆で、体の掛け物を払い、できるだけ薄着にして、熱が体から外に出るのを助けます。アイスノンや氷枕などを頭にあてたり、ビニール袋に氷水を少し入れ脇の下を冷やすのも良いでしょう。

間違いやすいのは、熱が上がっているときに冷やしてしまったり、下がっているのに掛け物や厚着などで熱の放散を抑えてしまうことです。発熱の経過と症状を知ること、適切な手当てが行えます。

また、水分補給をしましょう。子どもが好むものをこまめに飲ませることで、脱水を防ぎ熱の下がりも良くなります。

「下がっているとき」は体がガタガタ震えたり、顔や唇の色が悪くなります。さらに手足が冷たくなり活気が無くなります。乳幼児は機嫌が悪くなり、いつも以上に抱っこを求めてきたりもします。これは寒がっている症状です。毛布などで

大学図書館へようこそ！

今日の教育現場では、「特別な教育的ニーズ」が高まり、通常学級においてもインクルーシブ教育の視点が求められています。

図書館では教職を目指す学生に役立つ関連図書・雑誌をそろえています。市内の学校教職員の皆さまも、どうぞご利用ください。

必要な図書を購入する前に、図書館に現物があれば一度内容を確認することもできます。仕事帰りに立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

～～特別支援教育のおもな雑誌～～

- 『LD ADHD & ASD』明治図書
- 『特別支援教育の実践情報』明治図書



- 『実践障害児教育』学研
- 『特別支援教育研究』東洋館出版社
- ～～図書館員のおすすめ図書～～
- 『特別支援教育を学ぶ人へ 教育者の地平』菅原伸康/編著 ミネルヴァ書房
- 『通常学級ユニバーサルデザインⅠ 学級づくりのポイントと問題行動への対応』佐藤慎二/著 東洋館出版社

- 市立大学図書館 開館時間変更のお知らせ
9月23日(水)までは短縮開館(9:00～19:00)
- 問い合わせ 名寄市立大学図書館 ☎01654②4199
(本館：内線3114 分館：内線2200)