

こどもの発熱について

こばやし小児科内科医院 小林 道生 先生

こどもの発熱は小児科の外来で最も多い訴えの一つです。大人より体温が高い小児では、わきの下で三七・五度以上は発熱とされ、予防接種はできません。夕方、運動後や食後、着せすぎなどでも高くなりますが、平熱から一度以上の上昇も発熱とされます。

体温測定は現在では一般に電子体温計をわきの下にあてて行われます。この時、センサーの先端がわきの下のくぼみの中心にくるようにやや下から挿入し、腕を1分以上胸に密着させる必要があります。

熱の原因には熱射病などの受動的発熱や脳外傷などの中枢性発熱などもありますが、通常は感染に村する生体の防御反応によるものがほとんどです。この場合、すぐに熱をさげずともよいように、過度の高熱から脳を保護するように体温中枢が調節します。

家庭では安静を保ち、換気を十分行い、適度な暖房や冷房を心がけて下さい。額に市販の冷却剤をはるのも良いでしょう。水分を十分に摂取することも重要です。食事は消化吸收の良いものとします。悪寒があれば、衣類でくるみますが、手足がほてってきたら薄着にします。

熱があっても、元気なら緊急性はないでしょう。熱以外の症状がある時、熱が続く場合や高熱は、かかりつけ医の診断と指導を受けるようにして下さい。何となく変だと感じた時も同様です。また、生後三月以内の乳児発熱は重症感染症も多く注意が必要です。
