病児保育室とう太通信

vol.5

第5回目の巡回支援では、先生方へ「熱性けいれん」について詳しくお話しさせていただきます。
今回のとう太通信では、熱性けいれんや夏風邪を含めた「夏の過ごし方」をテーマにお伝えいたします。

熱中症とは?

暑い夏、まず注意したいのは熱中症です。
熱中症対策は万全に!!

熱中症の症状・度合い		していただきたい対応
軽症（Ⅰ度）	・めまい、立ちくらみ ・汗が止まらない ・筋肉痛	● 涼しい場所で休ませる ● 服を緩め、首、脇の下、太ももの付け根を濡れタオルや保冷剤で冷やす ● 水分摂取（経口補水液がおすすめ!）
中等症（Ⅱ度）	・頭痛、嘔吐 ・ぐったりしている、力が入らない	● 水分補給できない、症状の改善がない場合は、病院を受診しましょう
重症（Ⅲ度）	・呼びかけへの反応がおかしい ・けいれん ・異常な高体温　・まっすぐ歩けない ・汗が出なくなる	**重症の可能性がある、ぐったり感が強い場合は救急車を呼びましょう!**

体を冷やして水分補給!!

乳児で熱中症かもと思ったらすぐに病院へ

熱中症は予防が大事!

日頃から十分な睡眠やバランスのよい食事を心がけることも大切です

夏風邪の特徴

①突然の発熱から始まり、熱が上下を繰り返しやすい（4日くらいは続くかも）
②腹痛、嘔吐、下痢、食欲低下などの胃腸炎症状が出やすい
③咳、鼻汁などの風邪症状は後から出ることがある

「朝熱が下がっているから」「食欲はないけど熱がないから」と油断せず、24時間解熱していること、しっかり食欲があり元気に過ごせることを、お子さんの体調のバロメーターにしてあげてくださいね!

裏面もご覧ください

夏風邪の中でも特徴のある病気

咽頭結膜熱（プール熱）

<アデノウイルス>

● 症状

39℃前後の発熱、喉の痛みが強い。眼の充血、目やにが出ることもある。発熱は5日程度続くことが多い。

● 登園のめやす

主な症状（発熱、眼の充血など）が消失してから2日を経過するまで。

＊ 学校感染症に指定されている病気のため通っている園に連絡しましょう!

手足口病

● 症状

水ぶくれのようなの発疹が口の中や手のひら、足の裏・甲に出現。お尻の穴の周りに出ることも。口内炎の痛みで食欲が低下しやすい。

● 登園のめやす

1日以上発熱がなく、普段の食事ができること

ヘルパンギーナ

● 症状

突然の高熱、喉の痛みがあり、喉の周囲に発疹が出る。喉の痛みによって食欲が低下しやすい。

● 登園のめやす

1日以上発熱がなく、普段の食事ができること

熱性けいれん時の対応

子どもの脳は未熟なため、発熱に伴いけいれん発作を起こすことがあります。これを「**熱性けいれん**」と言います。けいれんは数分で治まることがほとんどで、命に関わることはまずありませんので落ち着いて様子を見ましょう。

けいれんが起きた!

▼

まずは落ち着いて、安静に

▼

熱とけいれんの時間をはかる
（余裕があれば動画を撮る!）

医師へ説明するとき わかりやすいです

5分以内に止まり 意識OK

焦らず、落ち着いて受診する

※迷ったらかかりつけ医や #8000にTELしてください

症状が続いている場合

- 5分以上続く
- けいれんを繰り返す
- 体の一部だけけいれんする
- 意識が戻らない

迷わず 救急車を呼びましょう!!

パニックでどうしよう…という時も呼んで大丈夫!

熱性けいれんが起きたら…

慌てずに冷静に!

夏の皮膚トラブル　とびひ

「とびひ」とは…

- 虫刺され・あせもを掻きむしる
- 細菌が傷に入る
- 水ぶくれやただれができる

さらに掻きむしったり、他の傷口を触ったりすることでどんどん広がる!

とびひになったら

- 抗生剤で治療できます。かかりつけ医に相談しましょう。
- とびひの部位を触らないように、長袖などの着用がおすすめ。
- 家族や友達とタオルの共用は避けましょう。
- 鼻に指を入れるのも注意!（鼻の中にできることもあります）
- 治るまではプールは控えましょう。

日常の注意点

- 掻きむしって皮膚に傷をつけないように気をつける
- 手洗いをしっかりする
- 爪を短く切る
- 皮膚を清潔に保つよう心掛ける

とびひを悪化させないためにも とびひの予防にも日常から気をつけましょう

病児保育室とう太　併設 うえだこどもクリニック UEDA CHILDREN'S CLINIC

〒520-2331 野洲市小篠原869番地1　077-596-3751

↑web予約受付は コチラから