

# 発熱 (38℃以上)



3 か月未満

3 か月～6 歳

- 元気がなくぐったりしている
- おしっこが出ない
- ぐずって眠らない
- 水分をとろうとしない
- 何度も吐く、吐きそうになる
- せきがひどい

かかりつけ医、  
または救急医療  
機関を受診する

1 つ以上  
あてはまる

1 つもあて  
はまらない

自宅で様子を見る  
診療時間内なら、かかりつけ医で診てもらおう

症状が悪く  
なるようなら

## ● 観察のポイント 🔍

- 子どもは夜にかけて発熱することが多いものです。熱があってもいつもと同じように遊んだり、食欲もあるようなら自宅で安静にして様子を見てかまいません。
- 乳幼児は、普段でも体温が高めです。38℃以上を発熱と考えてください。入浴や、母乳・ミルクを飲んだ後、食事直後、運動後は体温が高めになります。体温は静かにしているときに測りましょう。

## ● 家庭でできること 🏠

- 熱の出始めは手足が冷たく、寒気がして震えることがあります。寒がるとき、震えるときは、暖かくしてあげてください。暑がるようになったら、子どもが楽に感じる程度に冷やしてあげてください。
- 飲み物（水分）は普段より少し多めに、こまめに与えましょう。
- 汗をかいていたら、汗を拭いてこまめに着替えさせてください。
- 元気そうなら、熱冷ましは使わなくてもかまいません。
- 元気なら清潔にする程度で入浴はかまいません。寒い時期は、湯冷めに注意してください。



## お医者さんに伝えてほしいこと

- いつから何度くらいの熱がどのくらい続いていますか
- どこか病院（医院）を受診しましたか
- 何かお薬を飲ませましたか