



キッズレター

2002.03.07発刊 第72号

編集 大川総合病院小児科外来

はじめに

平成十四年四月より改名されます。
さぬき市民病院小児科となります。
さて、インフルエンザ感冒の高熱でお
子さまが辛そうにすると、お母さんは解
熱剤を使いたくなります。ここ数年のイン
フルエンザ脳炎・脳症の症例を検討
した結果、解熱剤を使った頻度が高い

ほど脳炎・脳症を発症しやすいことが
解ってきました。汗が出て体温が下
がるように、十分な水分補給を心が
けることが最も安全で基本的な発熱
対処法となります。



小児科外来ホームページ
<http://shounika.hoops.ne.jp>

目次

(1) 体温調節のメカニズム 坂口善市

人の基礎的な体温は、乳児期が最も
高く、成長とともに低下します。早朝
が最も低く、夕方にかけて五分から一
度上昇する日内変動があります。体温
調節の中核は間脳・視床下部です。
生理的な体温調節は自律神経性調節
と内分泌性調節の二つに分類されま
す。

内分泌性調節は、三つのホル
モンにより行われます。交感神経系
副腎髄質ホルモンであるアドレナリ
ンと下垂体前葉ホルモン系の副腎
皮質ホルモンと甲状腺ホルモンで
す。いずれも内臓や骨格筋に作用
して、体温を上昇させます。

ウイルス感染のときの発熱は、マク
ロファージ・リンパ球などから出るサ
イトカインや炎症

自律神経性調節は、体内での熱
の産生と放散をコ
ントロールしてい
ます。熱を産生す
るときには、脂肪
燃焼を起こしま
す。悪寒を起こし
て骨格筋を震えさ
せます。震えによ
り熱が産生され、
体温が上昇します。熱を発散するとき
には汗腺を開いて汗を出します。ま
た、体表面に熱を移動して熱放散を進
めます。



を起こした部位
から出る発熱物
質などが体温中
核である視床下
部に作用して体
温を上昇させた
状態です。体温
が上昇すること

で、ウイルスの増殖が抑えられま
す。体温上昇とともに免疫系が作動
し賦活化され、ウイルスが退治され
ます。

はじめに 1P

今月のレター(1)
「体温調節の
メカニズム」 1

ニュース&ハイライト 1

3月～4月ごろに
流行する疾病 2P

予約外来
予定一覧 2

今月のレター(2)
「発熱時の対応」 2

ニュース&ハイライト

- ◆ 病院ホームページが開設されました。
<http://www.shikoku.ne.jp/sanuki-sb/>
- ◆ 合併後の、保健関連事業について各
方面で審議され打ち合わせを行って
います。予防注射・乳児検診・1歳半
3歳児検診などが主な議題です。市
制発足後、しばらくは今までと同じ場
所で継続される予定です。
- ◆ 来月号から、「さぬき市民病院小児
科」からの発刊になります。
今後とも、ご声援お願いいたします。
- ◆ 執筆希望者を募集しております。
当院スタッフでご希望の方は小児科
外来まで。

キッズレター

大川総合病院小児科外来 月刊情報誌
～ 子供たちの健康を願って ～

〒769-2329
香川県大川郡寒川町石田東甲
大川総合病院 小児科外来
内線 310

Tell : 0879 (43) 2521
Fax : 0879 (43) 6469
Email : okawa.gh@viola.ne.jp
病院HP :
www.shikoku.ne.jp/sanuki-sb/

ホームページもご覧ください。
[Http://shounika.hoops.ne.jp](http://shounika.hoops.ne.jp)

時候に合ったテーマで毎月お母さま方に情報を提供させていただいています。

次号は4月上旬に発刊予定です。

3月～4月に流行しそうな疾病

* A型インフルエンザ感冒が徐々に減少します。ただ、ここ数年の傾向として、B型インフルエンザが四月ごろまで小流行します。高熱に注意が必要です。

* 冬型の感染性腸炎は減少します。寝冷えによる腹痛・下痢が多くなります。

* アレルゲンであるスギ花粉・ダニ・ハウスダストなどが大量発生して、色々なアレルギー症状を引き起こしてきます。鼻炎・結膜炎・喘息発作などの増悪に注意が必要です。

小児科予約外来のお知らせ

・乳児健診の予定(母子手帳) 担当医:井上医師

火曜日午後から診察です。1週間前までに予約して下さい。

03月 (05日 ・ 19日)

04月 (16日 ・ 30日)

・定期予防接種の予定 担当医:坂口・伊勢医師

印鑑・母子手帳が必要です。水曜日午後に予約制で行っています。

前週金曜日が締め切りです。

03月 (13日 ・ 20日 ・ 27日)

04月 (10日 ・ 17日 ・ 24日)

(2) 発熱時の対応

子供さんが熱を出すと、家族の方にとっては心配なことであり、「熱が高ければ、重い病気では」「熱が高いと脳に障害が起こるのでは」「脱水症になるのでは」「熱性けいれんを起こすのでは」と不安を強く感じられることだと思います。でも、子供さんにとっては、そばにいる家族の方の笑顔と適切な看護が必要であり、最も頼りになるものです。

発熱は炎症の全身的な表現であり、他に多くの随伴症状が認められます。まず、体温を正確にはかります。さらに、いつもと違っている症状がありますから全身を十分に観察しましょう。つぎに、発熱の経過が重要です。繰り返し体温を計り記録しておきます。

発熱中は、ゆっくり休める環境作りが必要です。適度な室温に保ちながら、湿度や換気にも注意しましょう。衣類の着せ過ぎ・ふとんの掛け過ぎに気をつけます。熱の上がり始めで悪寒の強いときには暖めます。体温が上昇しきったら、着衣を少なめにし、放熱させます。汗をかいたら、手早く新しい衣類に取り替えます。

高熱の時は、体力の消耗をさけたいのでお風呂を控えます。ただ、微熱時は入浴は大丈夫です。38～

小児科外来 近藤佐代子

40 くらいの水温で、3～5分の短時間にします。入浴が心配な時は、気持ちのよい温かさにしぼったタオルで全身を清拭します。蒸発による除熱効果が期待できます。クーリングは発熱時に不快感をやわらげて安静がとれますが、解熱効果は強くありません。小さい子供さんには困難な場合が多いので無理強いはいないようにします。

小児では、発熱時は脱水に傾きやすく、脱水状態になると熱の放散が妨げられます。そのため高体温になりやすいので水分補給に努めます。少量ずつを頻回に、イオン水にこだわらず、飲用可能なものであればよいでしょう。発熱時は、食欲も衰え摂取量も少なくなります。熱で口の中が荒れることがありますから、酸味や塩分の強いものはさけます。汁物・スープものを中心に消化のよい食べ物にし、欲しがるだけ与えます。

解熱剤の目的は、解熱効果の他に発熱時の不快感をやわらげることです。体温計の数字だけでなく苦痛の程度を把握して使用します。日中は、できるだけ使用しないようにします。使用後は、解熱の効果を記録しておきます。内服時間を守ることは大切ですが、数時間ずれて内服しても大丈夫です。