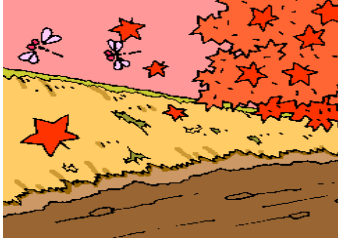


吉内科小児科ニュース

今月のテーマ
ホームケアシリーズ：発熱

TEL:0243-22-6688

早いものでもう十一月です。紅葉も今が盛り皆さん、もう紅葉狩りに出かけましたか。今年も暖冬という予想ですが、どうなるでしょうか。今月はインフルエンザのシーズン前に、家庭での看護シリーズその一として「発熱」をテーマに選んでみました。



熱がでた

お子さんが熱を出すとお母さん・お父さんは大変。赤ちゃんよりまわりの方が大騒ぎ、ということも少なくないようです。そこで、熱が出たときにどうすればいいか、また、知っている役に立つ熱についての一般的な医学知識についても説明致します。

あれ、熱かなとおもったらまず、熱を測って下さい。人間の感覚は意外にあてになりません。「熱があつたみたい」と度あ

りました「では情報として段違い。熱を測られるのをいやがるお子さんも少なくありませんが大切な情報です。必ず体温計で熱を測って下さい。

熱のほかり方はどうすればいいの。脇の下の汗を拭いて、体温計の先をしっかりと脇の下にはさみまじゅう。体温計は水銀計が一番正確ですが、時間がかかります。電子体温計は大部分

が予測式のため、多少高く出たり低く出たりしますが、1分間位で測れるので便利です。どちらでも結構ですからお家に1個は用意しておいて下さい。

平熱ってなあに 元気があつたときの体温を平熱といいますが、体温は一日中同じではありません。朝は低めで夕方から夜にかけては高くなります。1日4回(朝・昼・夕方・寝る前)食事前の安静な状態で体温を測り各時間帯での大体の平熱を知っておくと便利です。平熱より1度以上高ければ熱があると考えてよいでしょう。

病気があつても熱がでるの？ 運動後・食事後などは体温が高くなります。また、厚着や暖房、水分不足、疲れや興奮などが原因で発熱がみられることもあります。食欲はあるか、機嫌はいいか、よく寝れるか、顔色や泣き方はいつも通りか、咳・鼻水・下痢などの症状があるかなどを参考にし、変だなどと思つたときには、診療時間内に受診するように心がけてください。小さければ小さいほど早め早めが大切です。

熱が高いと脳がやられる？ これもよく聞かれることですが、40度ぐらいの熱が出ても、脳がやられることはありません。これは、髄膜炎や脳炎の時に高熱が出るのとから言われはじめたのでしゅつか

熱さましは使つたほうがいいの？ 熱さましは熱によるつらさを一時的に軽くするための薬で、病気を治す薬ではありませんので、熱さましを使つても病気が早く治るわけではありません。熱さましの種類によつても違いま

すが、効いている時間は4〜6時間です。高熱の出る病気では一時熱が下がつてもまたあがります。また、座薬でも飲み薬でも種類と量が同じであれば効き目は同じです。座薬の方が強いということはありませんし、両者を同時に使つてはいけません。熱さましの上手な使い方は次のようなことです。



「1」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「2」高熱でも、元気があつたときには、使わずに様子を見る。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

「3」熱さましは使つても1日、2〜3回まで。続けて使つたときは、最低6〜8時間間はあける。

時間外の受付電話番号が変わりました
当院では、診療時間終了後や休日には留守番電話となり、「ただいまの時間は診療を行っておりませんが、かかりつけの患者さんで急病でお困りの方は「020-798-3742」におかけなおしてください」というメッセージが流れるようになっております。これは、**時間外診療は致しませんという事ではありませんので、突然の発病でお困りの際は、ご遠慮なくこの番号におかけ下さい。かかりつけの患者さんに限らせていただいているのは体力的な問題からです。ただ、時間外ですので、いろいろと都合があり、大変申し訳ございませんが、いつもすぐに診れるとは限りません。若干のお時間をいただくこともございますので、ご了承下さい。なお、休日は原則として午前11時前後、午後5時頃にまとめて診療させていただく様にさせていただきます。ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。**

この情報紙のコピー及びバックナンバーをご希望の方は受付までどうぞ。