

病児保育室

わがば

第5号

わがば病児室

看護師

H30年5月1日

先月は、気温の変化も激しく、体調をくずす方も多かったのですが、
今月はどうでしょうか？ そこで、今月は、体調不良の一一番のサイン！

熱についてお詰めします。

この機会に、熱についてマスターし、早めの対応で、症状を
軽くする方法について解説します。

発熱

発熱は、病気や体の異常を知らせるサインであると同時に、体内に侵入してきた細菌やウイルスと戦って免疫力を高め、体を守っている最中の状態でもあります。普段のお子さまの平熱をきちんと把握し、急な発熱にも慌てず対応しましょう。

こんな時はすぐ病院へ！

生後3ヵ月前後の月齢の低い乳児の発熱や、脱水症状、嘔吐、下痢、呼吸困難、顔色が悪いなどの症状が見られる時は早急に受診しましょう。



お家のケア

こまめに水分補給を行いましょう。熱の出始めで寒気を感じている時は温かくし、熱が上がり、手足が温かい時は薄着にします。汗をかいたら衣服を取り替えましょう。



解熱方法

ケーキなどについてより小さな保育室にこれだけは使うことができます。
これを使い、リンパを含めて下さる。小さな保育室には子どもの肌にピッタリ！
タオルやカーテンなどで直接あたらないよう気をつけた下さい。
リハビリビニ

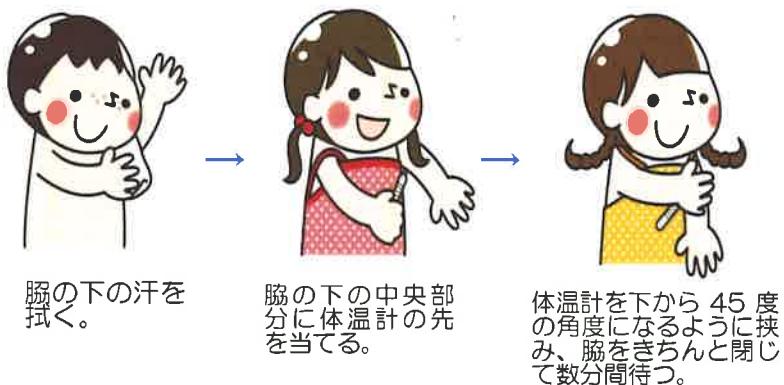
首のまわり、ゆきの下、太ももの付け根にこの5ヶ所を冷やしてあげ下さい。

熱を正しく測りなければ、本当の子どもの熱が分かりません。
よくあるのが、お家で測った時は平熱でしたが、保育園・学校で測りたら
高めたりという例です。それはこれがなぜかは分かりません。ここで「正しい熱の測り方」
をお詰めします。ぜひマスターして下さいね。

正しい体温の測り方

◆正しく測定するための注意点◆

体温は、動いた後や食事の後、また気温によって一日の中で変動します。測定は脇の下や耳で測定するのが一般的で、正確に測定するには、運動後や食後を避け、測定中は体温計の位置を変えないようにしましょう。お子さまの平熱を知っておくのも大切です。



耳で測る 体温計の場合

正しく測るために、鼓膜にきちんとセンサーを向けてましょう。脳内温度は37~38°Cあるので、脇で測るよりも高めに測定されます。また、耳垢が溜まっていると正確に測定することができないので気を付けましょう。

先月の病児保育利用数と疾患

利用数 2名 疾患・咽頭炎
・溶連菌

