

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は
ないでしょうか？ そこで今月は、体調不良の一番のサイン!!

熱について、お話していきます!!

この機会に、熱についてマスターし、早めの対応で、症状が
軽くなるようにしていけるといいですね!!

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カ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。

お家でのケア

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。



お家ではどうする?

解熱方法

ケークはどのようにして小児に保冷剤を
これを使いリンパを冷やして下す。小児に保冷剤は子どもの脇に貼る!!
夕方に貼ると夜に寝て、直接接あてた方がいいように気を付けて下さいね。

リンパってどこ?

首の周り、わきの下、たももの付け根にこの5ヶ所を冷やしてあげて下さい。

熱を正しく測らなければ、本当の子どもの熱が分かりません。
よきお母さんが、お家で測り、た時は平熱だったのに、保育園・学校で測り、た
高かったという例です。そんなときは、ここで正しい熱の測り方
をお話します!! 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。



脇の下の汗を拭く。



脇の下の中央部分に体温計の先を当てる。



体温計を下から45度の角度になるように挟み、脇をきちんと閉じて数分間待つ。

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
けましょう。脳内温度は37~38℃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

