

# 発熱のことをよく知りましょう

熱の高い・低いと病気の重症度は相関しません。子供が発熱したら熱の上がり下がりよりも全身状態をよく観察して、風邪以外の重い病気を見落とさないことが大切です。

注：生後3ヶ月未満では重い病気でも症状が出にくいいため発熱したらすぐに病院を受診して下さい。

## ● Q 1 ● 全身状態が悪いとはどういうこと？

熱が高くても動き回ったり飲み物やお菓子を欲しがらる子供は心配ありません。高熱が出ればある程度元気がなくなり食欲が落ちるのはやむを得ませんが、解熱薬で体温を下げた時、見た目や行動がずっと良くなるようなら大丈夫です。

『ぐったりして全身状態が悪い』ことと『普段ほど元気がない』ことは違います。全身状態が悪いのは次のような子供です。

● 顔色が悪く目つきがとろんとしている  
目つきのしっかりしている子は重症ではありません。

● 表情がさえず泣き声が弱々しい  
軽症の子は笑うし泣き声も元気です。

周囲への反応に乏しい

周りをキョロキョロしたり親があやすと落ち着く子は軽症です。

## ● Q 2 ● 高熱が続いても脳は大丈夫？

髄膜炎や脳炎にかかった方のうち脳に障害が残るケースがあるのは、高熱のせいではなくウイルスや細菌が脳に入り込んだからです。熱だけなら体温が41℃程度でも脳には何の影響も出ません。

また髄膜炎や脳炎は、熱以外の症状（嘔吐やひどい頭痛、意識障害など）が必ず現れて、ただの風邪とは一見して様子が異なります。

## ● Q 3 ● 発熱って何？

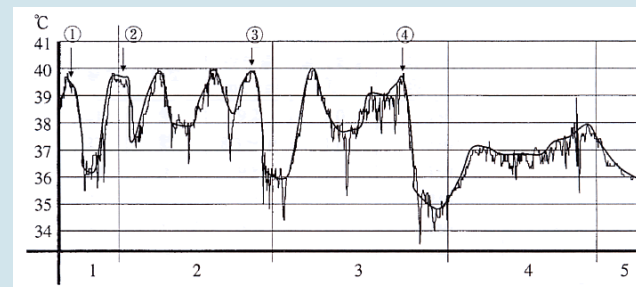
平熱に関わらず、37.5℃以上を微熱、38℃以上を発熱と考えます。体温は脳で調節されていて、感染症にかかると脳は体内でたくさんの熱を作らせて体温

を上昇させます。大部分が水からできている人体を1つの鍋と考えると、病気の時に小さい鍋（=子供）が大きい鍋（=大人）より温まりやすい（=体温が上がりやすい）のは自然なことなのです。また24時間以上熱がない状態を熱が下がったといい、朝は平熱でも午後から体温が上がる時はまだ熱が続いています。

## ● Q 4 ● 熱を下げるにはどうすればいい？

解熱薬は脳が設定する体温を下方修正します。このためいったん熱は下がりますが、熱の原因であるウイルスや細菌を殺す薬ではないため効き目が切れたら体温は再び上昇します。また解熱薬の効果は発熱24時間以内では低いことがあるため（図）、病初期には病気の重症度に関わらず薬を使っても熱の下がりの悪い場合があることを覚えておかれるといいと思います。

解熱薬を使わずに冷えピタなどで体を冷やしても、脳が設定する体温は高温のままなので体温は下がりにくいです。氷枕や冷えピタは子供を気持ちよくしてあげるのが目的で、嫌がるようなら無理にする必要はありません。



(図)  
3歳男児  
アデノウイルス感染

- ①解熱剤投与1回目
- ②解熱剤投与2回目
- ③解熱剤投与3回目
- ④解熱剤投与4回目

## ● Q 5 ● 熱は下げるべきか、下げないべきか？

発熱はウイルスや細菌の増殖を防ぐ体の防御反応だという説があります。これは十分に証明されたわけではありませんが少なくとも元気で食欲もあれば高熱でも解熱薬を使う必要はないでしょう。一方ぐずって苦しそうな時に解熱薬を使うと元気になって食欲も出ますし夜もよく眠れるようになりますから、熱を下げるメリットは十分にあります。



みずの坂こどもクリニック