



こんなときどうすればいいの？

## 2 熱が高い(38℃以上)

緊急度

2

### ● 3 か月未満の乳児 ●

すぐに小児救急医療電話相談(P25参照)に相談するか、休日・夜間急病センター(P23参照)を受診してください。

3か月未満の赤ちゃんが38℃以上の熱を出したときは、ほかの症状が目立たなくても重症である可能性があります。

### ● 3 か月以上の乳幼児 ●

- ① 元気がない、活気がない、ぐったりしている
- ② 12時間以上おしっこが出ない
- ③ よく眠れず、ぐずっている
- ④ 呼吸がハーハーと苦しそう
- ⑤ 水分を取るのを嫌がる

緊急度

1

上記の症状がなければ

ひとまず自宅で様子を見て、  
かかりつけ医の診療開始時間まで待ちましょう。

緊急度

2

上記の症状が1つでもあれば

すぐに小児救急医療電話相談(P25参照)に相談するか、休日・夜間急病センター(P23参照)を受診してください。

## 熱が出たときの対処方法

- 熱の出始めは温かく、熱が上がってきたら涼しくしてあげましょう。
- 寒そうなら温かく、暑そうなら涼しくしてあげましょう。
- 気持ちが悪さそうなら、冷やしてあげましょう。
- 水分補給をこまめにしましょう。
- 着替えもこまめにしましょう。
- 熱があっても元気そうなら、解熱剤は使わない。
- 6か月未満の赤ちゃんには、解熱剤は使わない。



## 一口メモ

### 熱が出た！とあわてる前に

- ◎ 発熱は、身体の中で何かが起こったことを知らせてくれるサインです。また、身体を守ろうとする正常な反応です。
- ◎ 熱だけで脳が障害を受けることはありません。ただし、41.5℃以上の高熱は身体に有害な場合がありますので、救急車を呼んでください。
- ◎ 38℃未満の熱で元気があるようであれば、自宅で様子を見ましょう。

