



院長の1分レクチャー1 【高熱が出たときの熱さまし】

子どもが高熱を出してフーフー言っているとき皆さんはどうしていますか？「熱さましを使っちゃダメ」と思っている方はいませんか？

たしかに風邪と戦うための反応として熱が出ているので、それを下げたら逆効果かもしれないと思いますよね。でも考えてみてください。40°Cあるのに小さな子どもが頑張りきれerのでしょうか、、、

私はいつもこんなふうにお話ししています。

38.9°C以下：元気があれば熱さましは使わなくてもよい。

39.0°C以上：元気があっても熱さましを使う。

理由は、39.0°C以上あると元気そうに見えても体力の消耗が激しいからです。熱さましを使って少し楽になったときに水分補給したり、睡眠をとって戦う力をつけましょう。

ちなみに高熱のときに熱さましを使っても 1.0-1.5°Cくらいしか下がらないことがあります。つまり、熱さまし後も 38.5°Cという状況があるということです。

※「院長の1分レクチャー」はホームページや
公式LINEアカウントからも読むことができます。



おおつか
こどもクリニック