

# 熱が高いとき

## ? まず、どうすればいいの？

熱の状態と熱以外の症状をよく見ましょう。

(吐いていないか、飲みはよいか、食欲があるか、息苦しさはないか、呼びかけたとききちんと反応するか、機嫌はどうか、よく眠れるかなど)

## しばらく様子を見ても大丈夫なとき

観察ポイント

- 水分や食事がとれている
- 熱があっても夜は眠れる
- あやせば笑う
- 遊ぼうとする
- それほど機嫌は悪くない
- 発熱以外の重い症状がない
- 顔色はあまり悪くない



## 手当の仕方 ……→ 通常の診療時間内に受診しましょう

- 手足が冷たく、ブルブル震えているときは、熱が上がってくるからです。冷やさずに保温してあげましょう。しばらくして顔が真っ赤になり、手足も熱くなったら、保温を止めましょう（熱が発散しやすいように、着せ過ぎを避けましょう）。
- 水分の補給をしっかりと行ってください。（湯ざまし、麦茶、イオン飲料など）食事は欲しがれば与えますが、無理に与えなくても大丈夫です。食事は、消化のよい物を与えましょう。