



「健康コラム」名医が語る・お母さんへの手紙

子どもの病気のしくみ？ほんとう？

そろそろインフルエンザが流行する季節になります。今回は、発熱に関しての誤解を、Q&Aで解説しましょう。

Q 熱が高いと脳に障害が出る？

A 脳に障害をきたす病気としては、髄膜炎、脳炎などの中枢神経系の病気や熱中症などがあります。障害は単に熱によるものではなく、ウイルスや細菌による脳や神経への直接的ダメージや極端な高熱による神経細胞の変性などが原因とされています。しかし、一般的な力ゼや肺炎などでは、熱はある程度で「コントロールされ、脳に障害を引き起こすことはない」と考えていいでしょう。高い熱だけで余計な心配をすることより、熱以外のけいれんや意識障害などの脳の病気に特有な症状に注意を向けることが大切です。

Q 熱が出たら保温に気をつけた方がいい？

A 当たり前のような気がしますが、熱の時期によって対応が異なることを覚えておいてください。熱が急激に上がると寒けを感じます。熱があるのに顔色は白く手足は冷たく寒いと訴えます。その場合には、温めてあげてください。

い。熱が平衡に達し、顔が赤くなり手足も温かくなると暑いと訴えたら、冷やしてあげましょう。発熱の状況によって対応が異なることを知ってお子さんの過しやすさを確保してあげましょう。

Q 坐薬は飲み薬より強い解熱剤？

A 解熱剤の効果は、薬剤の強さと吸収によって変わります。大人では解熱剤の種類がたくさんありますが、子どもではアセトアミノフェン二種類です。薬剤の成分が同じであれば強さも同じですが、吸収によって効果が変わります。一般的には直腸、つまり坐薬は吸収が早いので、早く効きます。薬は体内で分解されるので、早く効く分効果(持続時間)は短くなります。使用する目的は服用の確実さと考えてください。乳児期は坐薬、坐薬を嫌がるようになつて薬を飲むようになれば、そろそろ経口薬に変えます。

Q 熱が出たら、おでこに冷却シートを貼れば大丈夫？

A 熱が出たときには、頭を冷やすことは一般的です。冷却シートはおでこを冷やすだけで、

体温を下げることはできません。ただし、子どもでは頭の割合が大きいので多少の効果も期待できますが、一時的に気分をよくしてあげ、つまり気休め程度と考えてください。冷却シートに頼り過ぎず、その後のケアをちゃんすることが大切です。また冷却シートによる窒息の事故もあるので、目を話さないようにして、貼りっぱなしは避けましょう。

Q 熱が高いとひきつける？

A ある意味正しいことですが、高熱になれば誰でもひきつけを起こす訳ではありません。熱性けいれんは、10〜20人に1人の割合で見られる、後遺症などを残さない良性的病気で、起こしやすさには、熱の高さ(上昇の度合い)、遺伝的要因、ウイルス(病気)の種類が関係するとされています。具体的には、突発性発疹症やインフルエンザで、家族にけいれんの既往があり、急に熱が上がるときに起こる率が高くなります。初めてのがけいれんでは不安は大きい訳ですが、親御さんがしっかりすることが必要です。

病気についての誤解は、対応が遅れたり、症状を悪化させたり、お母さんたちに必要以上のストレスや心配を与えてしまいます。病気や対処法についての正しい知識を身につけて子どもと共にお母さんも楽になる方法を見つけましょう。

小児科専門医 川村 和久

仙台市在住。医療法人社団かわむらこどもクリニック(仙台市)院長。日本一の小児科サイトを運営。「お母さんの不安・心配の解消」を開業理念として、様々な子育て支援活動に取り組んでいる。院内報、HP、医療相談、育児サークルなどのユニークな活動が評価され、第1回広報企画賞受賞(NPO HIS研究センター)。生活はっとモーニング(NHK)等で、活動が紹介。仙台小児科医会会長。宮城県小児科医会副会長。日本外来小児科学会理事。http://www.kodomo-clinic.or.jp/