

子供の病気

こんなときはどうするの？

吐き戻し

急な発熱

咳

ぜえぜえ

発疹

ぽつぽつ

夜間や休日…。

病院へ行くべきか？明日まで待つべきか？

下痢・腹痛

泣き止まない

インフルエンザ



熱中症

《こんな症状はすぐ医療機関に受診を！》

- ◆生後3か月未満の高熱(38.0℃以上)
- ◆元気がなく、ぐったりしている
- ◆呼吸困難
- ◆ひどい吐き戻しが続く
- ◆おしっこが出ない
- ◆意識障害
- ◆けいれん

発熱38℃以上



3か月未満のお子さんは
医療機関を受診しましょう。

●次の症状は見られますか？

- 元気がない ぐったりしている
- うとうとしている けいれん
- 水分が取れない
- おしっこが出ない おう吐
- 頭痛が強い 腹痛が強い

はい



ひとつでも、
症状が当てはまる場合は
医療機関を受診しましょう

いいえ

様子を見ながら
診療時間になるのを待って
医療機関を受診しましょう

ホームケアのポイント



- ・こまめに水分補給をしましょう
- ・衣類は寒くない程度、着すぎない
- ・元気があり、食事や水分がとれていれば無理に熱を下げる必要はありません

吐き戻し



2か月未満のお子さんは
医療機関を受診しましょう

●次の症状は見られますか？

- 母乳、ミルクのたびに勢いよく吐き戻しを繰り返す
- 水分が取れない
- おなかが張っている
- 便秘
- 下痢
- おしっこが出ない
- 腹痛が強い
- 元気がない、うとうとしている
- 涙も出ていない
- 皮膚が乾いている

はい



ひとつでも、
症状が当てはまる場合は
医療機関を受診しましょう

いいえ

様子を見ながら
診療時間になるのを待って
医療機関を受診しましょう

ホームケアのポイント



- 水分は少量ずつとりましょう
- 食欲が出てきたら消化の良いおかゆから始めましょう
- 2, 3時間 口から与えるのはやめましょう。その間は水分をスプーンで少量ずつ与えて下さい
- 吐いた物を片づけた後は手をよく洗いましょう

下痢・腹痛

●次の症状は見られますか？

- 白っぽい便 黒っぽい便
- 血が混ざっている便
- おなかが張っている
- おう吐している けいれん
- 元気がない・うとうとしている
- おしっこが出ない
- 水分が取れない
- 数日間便が出ていない



2か月未満のお子さんは
医療機関を受診しましょう

白っぽい便・黒っぽい便・血が混ざっている便が出た場合は、必ず医療機関へ持参しましょう。

はい



ひとつでも、症状が当てはまる場合は医療機関を受診しましょう

いいえ

様子を見ながら診療時間になるのを待って医療機関を受診しましょう

ホームケアのポイント



- ・水分は少量ずつこまめにとりましょう。
- ・お尻がただれないよう清潔に保ちましょう
- ・オムツ替えの後は、手をよく洗いましょう

咳・ぜえぜえ



●次の症状は見られますか？

- 声がかすれ、オットセイのような声で咳込む 肩呼吸がある
- ぜえぜえ、ひゅうひゅうしている
- 息苦しそうである
- 呼吸がはやい 会話ができない
- 顔色が悪く、唇が紫色になる



はい

ひとつでも、症状が当てはまる場合は医療機関を受診しましょう

いいえ

様子を見ながら、診療時間になるのを待って医療機関を受診しましょう

ホームケアのポイント

- 少しずつ水分補給をしましょう 
- 部屋の乾燥を避けましょう
- 時々部屋の換気をしましょう 
- 室内のタバコは避けましょう
- 咳に続いて、おう吐してしまうこともありますので、気管に入らないように注意しましょう

発疹ぽつぽつ



●次の症状は見られますか？

- 薬を飲んだ後発疹が出てきた
- 顔や唇が腫れぼったくない、もい上がった輪状の発疹がある
- 目が赤く、舌にイチゴのようなつぶつぶがある
- 息苦しそうだ
- おう吐
- 食後
- 発熱
- 頭痛

うつす可能性がある
ので、医療機関に
受診の際は受付
で伝えましょ
う

●次の症状は見られますか？

- 小さな水ぶくれが出てきた
- 小さな発疹、舌にはイチゴのようなつぶつぶがある
- 発熱4日目ごろから発疹が出てきた。目やにや咳も出ている。
- ぶつぶつから膿や汁が出る

はい

はい

ひとつでも
症状が当てはまる場合は
医療機関を受診ましょ
う

様子を見ながら、診療時間になるのを
待って医療機関を受診ましょ
う



泣き止まない



●次の症状は見られますか？

- 激しく泣いて呼吸が止まったように真っ青になりその後、ひきつけた
- 足の付け根が膨らんでいる
- 息苦しそうだ
- 耳を痛がる
- 抱き癖がある

オムツは大丈夫？
汚れていませんか？



はい

ひとつでも、

症状が当てはまる場合は
医療機関を受診しましょう

★受診の必要はありません

- 熱はない
- 下痢や便秘もしていない
- おしっこも出ている
- 風邪のような症状はない
- 母乳、ミルクの飲みも良い
- 食欲もある
- 元気だが泣き止まない
- 3か月頃の赤ちゃんで、いつも夕方ごろ泣き出す
- 母乳、ミルクを飲むと落ち着く



ケアのポイント

《水分補給》

- 発熱時は、湯冷ましや麦茶を少量ずつ回数多く与えましょう。
- 乳児の場合は、母乳やミルクを与えましょう。
- 吐き戻しをしている時は、吐き気がおさまってから少量より少しずつ量を増して与えましょう。
(乳幼児の目安は1日体重1kgあたり100~150ml)。
- 無理に固形物を与えず水分摂取から始め、おなかを休めましょう。

《座薬や熱さましの使い方》

- 熱が38.5℃以上で、水分や食事がとれない時、6~8時間以上あけて使いましょう。



《栄養補給》

- 食欲が出てきたら、消化の良いもの（お粥、軟らかく煮たうどん）から食べましょう
- 子どもの好む食品を工夫し、エネルギーとビタミンを摂りましょう。
(お粥、野菜、魚、スープ、牛乳、果汁、ゼリー等)

《体温管理》

- 嫌がらなければ、氷枕やアイスノン、冷えピタ等で冷やしましょう。
- こまめに体温を測り下がったら冷やすことを中止しましょう。

《清潔・環境》

- 発汗の多いときは、乾いたタオルで拭き、頻回に着替えをする、夏は涼しい場所、冬は乾燥しないよう湿度を調節する。
- 寒くならないよう気をつけ、着せ過ぎや布団を掛け過ぎないようにしましょう。

* 便や吐いたものを片づける時の注意

- 便や吐物は、直接手で触れないよう手袋を使い、後始末をしましょう。
- 密封した袋に入れ、周囲が汚染されないよう気を付けましょう。
- 感染する可能性があるため、後始末をしたら、手洗いをしましょう。

体調の良いときに**予防接種**を受けて、**ワクチン**で**予防できる病気**を防ぎましょう