



ぐうぐうだより

Vol.6

2018 April



かぜについて



知っていた方がいいこと

子供は年に6~8回、大人は2~4回かぜをひきます。

主な症状は鼻水、鼻づまり、咳などです。

これらの症状は2~3日で一番ひどくなることも多く、乳幼児では14日以内、学童期以降であれば7~10日以内に自然に良くなります。

※高い熱が5日以上続く、元気がない、食欲がない、呼吸が苦しそう、などの症状がある時は肺炎、中耳炎、その他の重症な病気の可能性も否定できません。

治療について

6歳未満のお子様のかぜには安全性を考えると市販薬を使わない方がいいと考えられています。また、かぜの原因のほとんどはウイルスなので抗生物質は交かきません。

かぜの日時に小児科でお薬をもらいますが、薬が交かいたのか、自分で病気をやっつけたのか本当はよく分かっていません。薬の力より自分の力で治ったと考えた方がいいみたいです。

咳の治療

WHO(世界保健機構)、アメリカの小児科学会がお勧めの咳止めは「ハチミツ」です。

1回の量は、1歳~5歳 → ティースプーン半分
6歳~1歳 → ティースプーン1杯
12歳以上 → ティースプーン2杯が目安です。

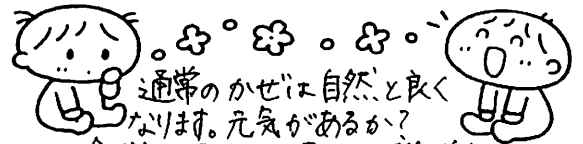
1日、何回飲んでも構いません。但し1歳未満の方は乳児ポツリノス症にかかる可能性があるので絶対に、ハチミツを与えないで下さい。

鼻水の治療

市販の鼻吸い器で鼻水をお掃除するのが効果的です。

熱の治療

熱で元気がない時は、解熱剤を使ってみましょう。解熱剤を使う基準は、38.5℃以上等の熱の高さではなく、本人の元気具合を基準にしてください。



通常のかぜは自然と良くなります。元気があるか？
食欲はあるか？ 昼間は機嫌良く遊んでいるか？ 夜はぐっすり眠れているか？ など注意して下さい。
かぜを引いたらゆっくり休んで良くなるのを待ちましょう。

元気がない時は、小児科を受診しましょう。



福岡市病院・病後児デイケア事業実施施設
病児保育室ぐうぐう
〒812-0879 福岡市博多区銀天町 1-2-11

バックナンバーはホームページでご覧になれます
<http://www.takagishi-googoo.com/>

対象年齢	生後6か月から小学6年生まで
利用制限	月、火、水、木、金の午前8時半から午後5時半まで
休室日	土、日祝日、小児科休診日(お盆、年末年始等)
予約受付時間	電話にて：前日16:00~17:30 または当日8:15~
予約先	電話番号 080-9243-9213