



※今月のテーマは「病院や薬について」です。



子どもは急変することも・早めに気づいて、上手に受診する三カ条

### 1. 普段の様子をよく観察しましょう

病気の兆候やお子さんの異変に一早く気付いてあげ  
る為にも、普段からお子さんの調子や様子をよく観察し  
ておきましょう。例えば、病院で病気の診察をする際に  
必要な情報の内「診察や検査で得られる情報は2割くら  
い、残りの8割は保護者からの情報を基にしている」と  
言う医師もいます。それぐらい、いつも見ている人から  
の情報は重要なのです。少なくとも「平熱」「食欲」「機  
嫌」この3点が、普段はどんな様子なのか、しっかり把  
握しておきましょう。

### 2. 「いつもと違う」感じを見逃さない

例え明らかな異変がなくても「なんとなくおかしい」「い  
つもと様子が違う」という感覚が、重大な病気の早期発見に  
つながる事もあります。「〇〇という病気になると、××とい  
う症状が出る」というのは、あくまでも一般的・典型的なも  
のです。同じ病気でも子どもによって症状の出方や重さ・軽  
さ・病気の期間などは変わります。何かが変だと思ったら、  
まずは全身状態を確認してみましょう。機嫌はいいか、顔色  
は悪くないか、食欲や便の状態はどうか等を観察します。そ  
のうえで、早めにかかりつけ医を受診しましょう

🌸 昼間のうちに一度受診を・・乳幼児は夜に容体が急変する事が多いので、子どもの様子が少しでもおかしい  
と思ったら、念のため、昼間のうちに一度受診しておきましょう。

### 3. 月齢・年齢の応じて適切に受診を

ひと口に「乳幼児」といいますが、生後間もない赤ちゃんと5才の子ど  
もでは、病気に対する抵抗力が全く違います。病院に行く事で別の病気をも  
らうリスクもありますから、何でもかんでも受診すればいいというものでも  
ありません。月齢・年齢によって応じて適切に受診する事が大切なのです。  
例えば、4～5才くらいの年齢で、熱はあるけど元気も食欲もあるようなら、  
家で様子を見てもいいでしょう。軽い風邪にかかる事で免疫が付き、少しず  
つ丈夫になっていくという側面もあります。

🌸 かかりつけ医と良い関係を  
子どもの病気は、ある日突然始まる  
事も多いもの。すぐに頼れる近所の  
開業医をぜひ見つけましょう。相性  
もあるでしょうが「話をよく聞いて  
くれるかどうか」が、かかりつけ医  
選びのポイントです。

### <子どもの薬ガイド>

「医師の指示どおりに使うことが大切」薬の効果は、使い方や量をきちんと守ってこそ期待できます。症状が治まってき  
たら、薬をやめたいと思うかもしれませんが「〇日分」と指定がある薬は使い切る事が基本です。もし薬が残ってしまった  
場合は原則として捨てること。次の時に使っても良いのは、医師から許可が出た薬だけ。その際も、多くは緊急の1回  
だけで、その後は受診して使った薬の名前・症状・行った処置などを詳しく伝えるように。役割や使い方の基本を知った  
うえで、薬と上手に付き合っていきたいですね。

### <薬との正しい付き合い方 8つのポイント>

- ①薬の名前・効果・使う期間をきちんと確認する。
- ②薬の使い方の注意点を確認する。
- ③他の薬と併用していいかどうかを確認する。
- ④他の病院でもらっている薬の事を医師に伝える。
- ⑤食品との組み合わせについて確認する。
- ⑥飲めなかった時はその事を医師に伝える。
- ⑦残った薬は使いまわさずに捨てる。
- ⑧かかりつけの薬局を決める。

## ～お薬Q&A～

### ◎似た症状なら前の薬を使ってもいい？

⇒絶対にいけません！同じような症状でも病気の原因は全く違う事があります。勝手に判断せず、必ず受診して、そのつど処方された薬を使いましょう。

### ◎嫌がって薬を飲めなかったけど・・・

⇒薬を嫌がる場合、味が嫌いな事が多いので、相性のいい飲み物に混ぜてみましょう。市販の薬用ゼリー等を利用してもいいですよ。

### ◎薬の時間には寝ていても起こすの？

⇒「〇時間おき」と書いてある場合は、時間を守って飲ませる事が大切です。朝晩2回」等、回数の手指示だけなら起きた時に。

### ◎薬を飲ませた容器は毎回消毒する？

⇒哺乳瓶を消毒している時期の赤ちゃんなら、容器も食毒した方が安心。離乳食が始まっているなら、きれいに洗えば大丈夫です。

### ◎数種類の粉薬を混ぜていい？

⇒粉薬は何種類か混ぜて飲ませても、成分や効果に問題はないのでかまわないでしょう。ただ、念のため混ぜてもいいか医師に確認する。



## <子ども自身の病気と闘う力を養ってあげましょう>

子どもは色々な病気をしながら少しずつ免疫力をつけ、元気に丈夫になっていきます。だから病気になっても慌てずに適切なケアをして安静に過ごしていれば、多くの病気は子ども自身の力で乗り越える事が出来ます。インターネットで情報を得る事が多くなったせいでしょうか。「今！」「すぐに！」解決したがる保護者が増えているように感じます。でも、育児は手間と時間がかかるもの。病気の場合も、サッと治る治療法の薬はありません。規則正しい生活をする・適度な運動をする・怖い・痛いなどのストレスを溜めさせない…。子どもが穏やかで安心できる環境の中で、病気と闘える体力をつけていきましょう。