

Q：体調不良の時の病院受診のタイミングを教えてください。

A：お子さんが体調を崩したときに、「どのタイミングで病院を受診すべきか」を判断するのは難しいですが、いくつかの目安があります。

① すぐに受診・救急車を呼ぶべきサインとして、次の症状がある場合は、ためらわずに救急受診してください。

- ぐったりして呼びかけに反応が弱い、意識がもうろうとしている。
- 顔色が悪く、唇や爪が紫色になっている（チアノーゼ）。
- 呼吸が苦しそう（肩で息をする、ゼーゼー音が強い、呼吸が速すぎる）。
- 水分を全く受け付けない、半日以上おしっこが出ていない。
- 激しい嘔吐や下痢で脱水が疑われる。
- 39℃以上の熱が続き、解熱剤でも下がらない／または熱性けいれんを起こした。
- 強い頭痛や首の硬直、発疹が急に出てきた。
- 生後 3 か月未満で発熱（38℃以上）。

② できるだけ早めに受診した方がよいサインとしては、

- 38.5℃前後の発熱が 2 日以上続いている。
- 咳や鼻水が 1 週間以上治らない、悪化している。
- 嘔吐・下痢が続き、元気や食欲が落ちている。
- 耳を痛がる、機嫌が悪い状態が続く。
- 体重が減ってきている。
- 皮膚や白目が黄色い。

家庭で様子を見てもよい場合は、

- 熱があっても機嫌がよく、水分がとれている。
- 咳や鼻水はあるが呼吸は苦しくない。
- 下痢や嘔吐が軽く、水分が摂れておしっこも出ている。ただし 症状が長引いたり悪化する場合は受診してください。

ただし、「いつもとは違う」「顔つきがおかしい」「普段の泣き方と違う」といった、親の違和感は大変なサインです。迷ったら医療機関に相談すると安心です。

（前橋 明）