

# こまったときの薬の使い方

神戸大学大学院医学研究科小児科学分野  
こども急性疾患学部門  
池田 真理子

# きょうのおはなし

小児が服用するお薬のほとんどは、  
症状をやわらげるものです。  
どんなときにお薬を使ったら  
最も効果的でしょうか？

# 3つの場面でのおくすりのつかいかた



ねつ

Aくん、7ヶ月



せき

Bちゃん、5ヶ月



ひきつけ

Cくん、12ヶ月

## ねっ～Aくんの場合～

7か月の男の子、Aくん。夕方から38.4℃のお熱が出てきました。

日中はちょっときげんが悪いけれど、笑いかけるとときおり笑顔をみせています。水分もよくとれています。咳、鼻はありません。

こんなとき、どうしますか？

1. **救急**外来をすぐに受診する
2. **様子**をよくみる
3. **座薬**ですぐに熱を下げる

# 救急外来を受診するまえに・・・ 様子をよくみてみましょう

まずはご家族が、**おこさんの状態を  
判断できる目**をやさないましょう。

→まずはAくんの様子をみましょう。  
**ぐったり**していないか、**顔色**はどうか、  
**脱水**はないか、、、この3つが重要です。

心配で受診を迷ったら、HATこども急病センターの  
電話相談窓口で相談されるのも良いでしょう。

では3の、すぐに**座薬**で熱を下げる  
はどうでしょうか？

**救急外来**を受診される方の理由で  
一番多いのは**発熱**です。



ところで、  
フィーバーフォビア  
fever phobia

この病気をしっていますか？

# フィーバーフォビア fever phobia (1980~)

米国で1980年に報告されました。

小さい子供をもつご両親だけでなく

医療者の多くもその病気にかかっています。

フィーバーフォビア  
fever phobia (1980に報告)

日本語に訳すと・・・

ねつきょうふ しょう

**熱恐怖症**

です。

# 熱恐怖症の主な症状

- こどもの体温を何度も測る
- 熱が高いと重症だと思っている
- 熱が高いことが病気だと思っている
- 熱が高いと脳に障害が起きると思っている
- ねつさましが効かないとパニックになる

# 熱恐怖症、アンケート調査より

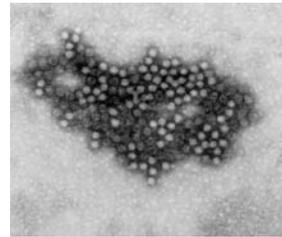
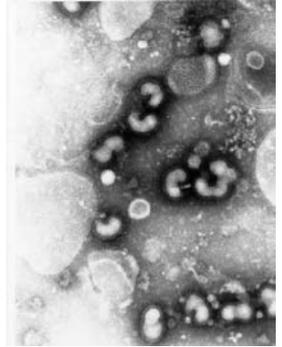
- ◆ 37.8度以下でも解熱剤を使用した (33%)
- ◆ 熱を下げる座薬を使うために寝ている子供を起こして薬を投与した (85%)
- ◆ 薬が切れたら使用限度を超えて投与したことがある(市販の風邪薬に解熱剤が入っていることがあるのを知っていますか?) (30%)

**fever phobia is worse than a fever**  
**熱恐怖症は熱より重症** (2011年5月)  
米国小児科学雑誌に警告

新聞にも同様の警告が掲載され、  
**解熱剤の使用はなるべく控えましょう、**  
医療者側も気を付けましょう、という記事がでました。  
なぜなのでしょう？

# 熱が出るのは良いことなのです

- 熱は自分の体が**病気に気づいたサイン**です  
(特に小さいお子さんほど高熱がでます)
- 熱は自分の体の中の戦士である**白血球**を  
たくさん作らせ**抵抗力**を上げます。
- 熱は体がウイルスや、ばい菌をやっつける  
ための**蛋白質(酵素など)の働きを活発**にします。
- 熱はウイルスや、ばい菌の**居心地を悪く**します。



# 熱は出ていても大丈夫ですか？

- 熱が高いことと病気の重さは関係ないようです。
- 熱だけで脳に異常がくることはまれです。  
(42°Cを超えるのはよくない)
- 熱をおそれて熱冷ましをつかいすぎると  
治りが悪くなり、副作用(肝障害)がでることがあります。
- お薬以外で苦痛をやわらげる、他の方法を試してみましよう。

# 心配すべき発熱

- 3か月未満の発熱→重い感染症が10%～～15%存在するといわれています。
- 4日以上続く発熱→ばい菌の重症感染や、川崎病などの他の病気の可能性がでてきます。
- ぐったりしている、水分がとれない、顔色が悪い→病院で点滴などの処置が必要になるかもしれません。
- 熱射病や熱中症による高体温。

しかし、これらの治療は解熱剤ではありません。

# では、解熱剤を使ってもよい場合は？

熱による苦痛を一時的にやわらげる目的での使用は非常に有効です。平熱に下げる必要はありません。

解熱剤の使用はなるべくさけ、夜間に38.5～39.5度以上で眠れない、機嫌が悪い時に限り使用しましょう。

解熱剤の使用で1°C下がれば十分効果が出たと考えて良いでしょう。出はじめの熱はなかなか下がりますが、あわてる必要はありません。

Aくんは、アイスノンにタオルをまいて、わきやおでこや背中を冷やしました。水分をいつもより多めにあげて、薄着にしました。38度台の発熱は続いています。が、顔色良く、すやすやと寝ています。

Aくんのご家族は、HAT急病センターの電話相談窓口にご相談し、Aくんを起こさずにそのまま様子を見ることにしました。



Aくんは、その後38度台の熱が3日続きましたが、わりと元気で水分も取れていました。その後徐々に熱が下がり、全身に**紅色の発疹**がでてきました。どうやら突発性発疹（**とっぱつしん**）だったようです。



# 熱さましについて

- こども用熱さましにはアセトアミノフェン(アンヒバ、カロナール、アルピニー)が比較的的安全です。**座薬**の方が効果が高いでしょう。
- **必ず6時間以上**あけて使用しましょう。
- 大人とちがい、点滴に熱さましをいれることはできません。**3か月未満では解熱剤は使えません。**
- 麻黄湯(まおうとう)という漢方薬はインフルエンザの熱を下げます。
- 他の座薬との同時使用は控えましょう。

## せき～ Bちゃんの場合～

5か月の女の子、Bちゃん。2日前から鼻水とくしゃみがあり市販の咳止めをのませていました。夕方から38℃台の熱が出てきて、時折せき込みます。さきほどから肩が上下しておなかのあたりがべこべこして口のあたりから音が聞こえてきました。先ほど咳と一緒にはきました。夜の1時、寝ません。

こんなとき、どうしますか？

1. 救急外来を受診する
2. 様子をよくみる
3. かぜ薬を追加する

Bちゃんの様子をよく観察しましょう。  
救急外来を受診しましょう。

まずはご家族が、**こどもの状態を判断できる**  
**目**をやさないましょう。

→まずはBちゃんの様子をみましょう。

5ヶ月の赤ちゃんは「苦しい」と言えません。**お腹や**  
**肩の「べこべこ」は呼吸困難のサイン**です。

胸に耳を当ててみましょう。**ピュー、ヒュー**、と聞こえませんか？この音は空気の通り道が**狭**くなっている音です。聴診器がなくても、聞こえます。

# 咳は何のためにでるの？

- 空気の出入りを良くするために咳をします
  - 喘息(ぜんそく)のとき
  - 痰(たん)をだすため
- これらは体の防衛のために**必要な反応**です
- 夜は咳が出やすくなります
  - 夜や早朝、または気圧が下がるときは  
空気の通り道が狭く、細くなります
- 新生児では咳の反射が弱く咳が  
出にくいようです

# 救急外来を受診しました。

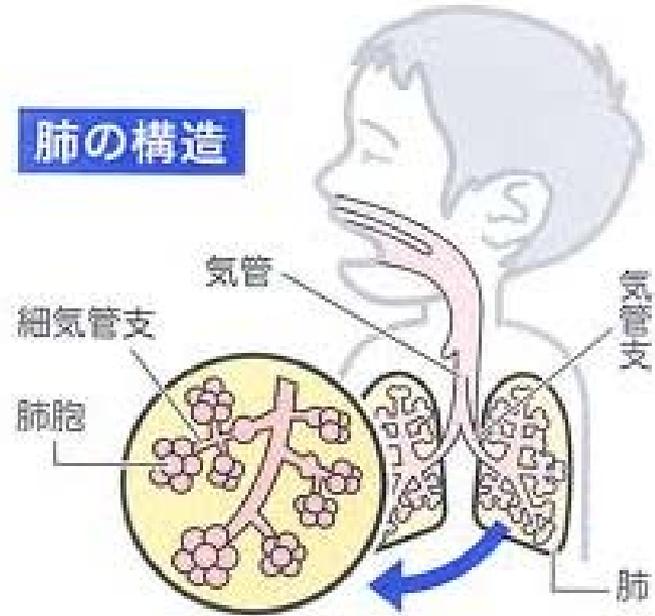
Bちゃんは救急外来を受診しました。  
外来で看護師さんが指にテープを巻いて検査を  
してくれました。酸素飽和度は**91**でした。

すぐに診察室に呼ばれ、「流行りのRSウイルス  
の感染症かもしれません。鼻水を吸引して**RSウイ  
ルス**の検査をして、呼吸困難をやわらげる**吸入**を  
しましょう」と言われました。



# RSウイルス

## 急性細気管支炎の原因のひとつ



潜伏期間は2～8日、典型的には4～6日  
約7割が1才以下で診断されています  
有効な薬はありません。

1才以下のお子さんでは重症化することがあり  
注意が必要です。必ずしも高熱がでるとは限りま  
せん。大人がかかると鼻風邪程度ですが、親→子  
への感染に注意しましょう。

# 急性細気管支炎の治療



治療は酸素、点滴、吸入、鼻腔吸引  
喘息治療に準じてステロイドを使用することもあります。  
パリビズマブという予防の注射薬がありますが対象が限定されています。  
抗生物質は効果がありません。

## Bちゃんのその後

BちゃんはRSウイルスが陽性でした。吸入をしても酸素飽和度はほとんど変わらず(92%)、酸素吸入が治療には必要と言われました。救急外来から、夜当番のD病院へ移動して、治療を継続するようにいわれました。

# 諸外国のイマドキのおくすり事情



- 風邪症候群に対して、**2才以下の咳止め入り風邪薬は使用を控える**よう警告しています。
- **痰(たん)**の出ている子に対しては原則的に**咳止めを使いません**。
- **痰切り薬の製造、輸入を廃止した国**もあります。

日本でも、数年のうちに、咳止めがあまり使われなくなる日がくるかもしれません・・・

# では、咳止めを使ってもよい場合は？

- **夜の睡眠が妨げられる**ほどの咳はよくありません。医師に相談して処方してもらいましょう。
- 咳の原因が**ぜんそく**である場合は、市販の咳止めは効きません。医師に相談してぜんそく用のお薬を処方してもらいましょう。
- 咳止めは長期間のむお薬ではありません。咳が止まったら速やかに中止しましょう。



水分をこまめに取ること、部屋の湿度を保つこと、うがい、手洗いをして予防すること、タバコの煙から子どもを守ることなど、**環境整備も大切**です。

# せきどめについて

- 最近日本でも、小さいお子さんの「かぜ症候群」には咳止めをださなくなりつつあります。**市販薬の飲みすぎ**には注意しましょう。
- 症状をやわらげるお薬ですから、効かなければ**2日**を目安に中止してもよいでしょう。
- **ぜんそく**に対しては、普段からの予防がとても大切です。キプレスなどの**抗ぜんそく薬**は、非常に有効です。医師の指示のもと正しく服用しましょう。
- こまめに水分を取りしっかり睡眠をとりましょう。

# ひきつけ(けいれん)

## ～Cくんの場合～

12か月の男の子、Cくん。座っておもちゃで遊んでいましたが、突然後ろに倒れこんで、手足をぎゅーっとのぼしながらがくがくと震えだしました。目は上をじっと見ていますが目が合いません。おかあさんがあわてて駆け寄って触ると体が熱いようです。この状態が5分たってもおさまらず、顔色が悪くなり、口から泡がでてきました。

# こんなとき、どうしますか？

1. 救急車を呼ぶ
2. 様子をよくみる
3. 解熱剤を入れる

様子をよくみましょう。  
心配でしたら救急車を呼びましょう。

まずはご家族が、**こどもの状態を判断できる**  
**目**をやさないましょう。

→まずはCくんの様子をみましょう。  
**もし食物が口内にある場合は横をむかせましょう。**  
**手足の動き、目の動き、時間**を観察しましょう。

5分たっても治まらなければ救急車を呼びましょう。  
ほとんどのけいれんは、**5分以内に止まります。**

では、3の、座薬で熱を下げる、  
はどうでしょうか？



熱性けいれんに解熱剤は効きません。

- 解熱剤は熱性けいれんの再発を予防しません。
- **ダイアップ**という「引きつけ止め座薬」を救急外来で入れてもらうことがあります。これは**8時間あけて2回入れることで約24時間のけいれん再発を予防**する効果があります。即効性はありません。
- ダイアップには**眠気などの副作用**があります。
- ダイアップで少し熱が下がる場合があります。



# 熱性けいれんのとくちょう

日本人に多く、6ヶ月から5才のおこさんの約8～10%で一度は熱性のけいれんを起こすといわれています。発熱してから24時間以内が最もけいれんをおこしやすいようです。

7割のおこさんは生涯に一度だけ、残り3割が2度以上のけいれんを繰り返します。ほとんどが後遺症無く自然におさまります。

1歳以下では半数が突発疹によるものと言われ、インフルエンザによる痙攣(5%)は、インフルエンザ脳症との区別が大切です。

Cくんは救急車で20分後にHATこどもセンターに到着しました。移動中、救急車の中で目を開けて泣き出しました。

医師が診察したときには、Cくんはお母さんの顔を見て、診察をいやがり泣いています。手足もよく動き、意識ははっきりしているようです。

Cくんは看護師さんに**ダイアアップ座薬**を入れてもらい、30分間急病センターのベッドで経過観察となりました。けいれんはとまっているようです。

来院時に行った**インフルエンザ**の抗原検査で**A型が陽性**となりました。ご家族は医師と相談して、インフルエンザ薬を処方してもらい、自宅で様子を見ることにしました。

# けいれんと鼻炎のおくすり

- 熱性けいれんを起こした患者さんで市販の風邪薬のシロップや鼻の薬（ペリアクチン、ザジテンなど）を飲んでいた場合、飲んでいなかった場合と比べて発熱してからけいれんが起きる時間が短くけいれん時間が長かった、という報告があります。
- 鼻水を止める薬は眠気やのどの乾きなど脳に移行する副作用があります。ほとんどの市販の小児用風邪薬にこの成分が入っています。けいれんを誘発しやすいことは、実はあまり知られていません。ひきつけをおこす可能性のあるおこさんでは注意が必要です。

## 熱性けいれんのおくすりについて

- ダイアップは熱性けいれんの**短期の再発を1/3**に減らす効果があります。
- 他の座薬とは**30分以上間隔**をあげましょう。
- 最近は大ダイアップを使わない場合がやや増えてきています。医師とよく相談して方針をきめてもらいましょう。
- **熱性けいれんは良性**ですが、**脳症**などの場合は**非常に重症**で、この区別がとても大切です。

# さいごに



- ほとんどの小児の外来受診の理由は「風邪症候群」で、**症状をやわらげる**ために処方されます。
- おくすりを上手に使うことで、つらい熱や咳による苦痛を和らげてあげることがたいせつですが、**薬に頼りすぎない**ようにしましょう。
- 小児、特に**乳幼児**では**副作用が出やすい**ことに注意して、**薬の多用は避け**、なるべく**お子さんの回復力や免疫力を高める環境作り**をしましょう。

ご家族の愛情がこどもさんへの  
最高のお薬です

**YOUR**



**IS MY**



ご清聴ありがとうございました。