

# 検 温

## 【赤ちゃんの体温の特徴】

赤ちゃんは体温調節中枢が未熟なため、環境に左右されやすく、体温は不安定である。平熱が 37℃ を越すことも珍しくない。

- ★ 午前より午後の方が高く、特に午後 2 時から 4 時頃が最も高い。
- ★ 授乳、食事、入浴、運動、日光浴、病気、号泣きなどで上昇。
- ★ 気温、湿度の変化で上昇。
- ★ 測定箇所(わきの下、口、肛門)により高低差がある。  
わきの下が最も低い、
- ★ 個人差、年齢差がある。



## 【体温の測り方】

電子体温計の場合は熱があるかどうかの目安として使用し、発熱時の測定は水銀体温計で測定する。

- 1 汗などでわきの下がぬれている時は、よくふき取る。
- 2 水銀体温計の場合、35 度以下に下がっていることを確認する。
- 3 だっこして測定する。
- 4 体温計の先をわきの下のくぼみに上半身に対して下向きに 30 度くらいの角度で当て、しっかり閉じる。
- 5 ひじを脇腹に密着させ、手のひらを上向きにする。
- 6 保護者は体温計と赤ちゃんの長腕を押さえておく。
- 7 メーカーにより差があるが、5 分ほどで測定する。目盛りを読み記録する。
- 8 使用後はアルコール綿で消毒し、保管する。



## 【検温の回数】

通常は 1 日 2 回(朝と午後の睡眠後)が望ましい。体調不良の時は、数回の測定が必要です。病気によっては特有の熱型を示すことがあるので、時間を決めて測定して「折れ線グラフ」で表すと、医療機関の受診に役立ちます。

## 【発熱時の一般的対応】

発熱時は測定した温度のみで判断せず、他の症状も含めて判断する。但し、生後 3 ヶ月未満では、熱以外の症状がなくても早めに受診する。

