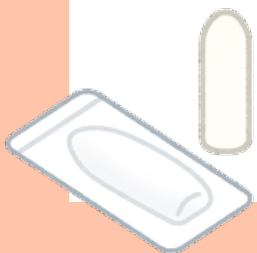




# 熱を下げる 解熱剤 の使い方

熱を出してる子

めっちゃ多いです



# 使い方

基本は **5～6時間あけて**

使いましょう

## ダイアアップ®を使っている方

ダイアアップを先に、

解熱剤の座薬は30分以上あけて使いましょう

内服の解熱剤は同時でもかまいません

40°C近いなら4時間でもかまいません



# 治りません

解熱剤は

**熱を飛ばして下げる**

お薬です

体温調節中枢に作用して血管・汗腺を  
広げて熱を放散させます

**感染症を治す力、免疫を上げる力  
はありません**

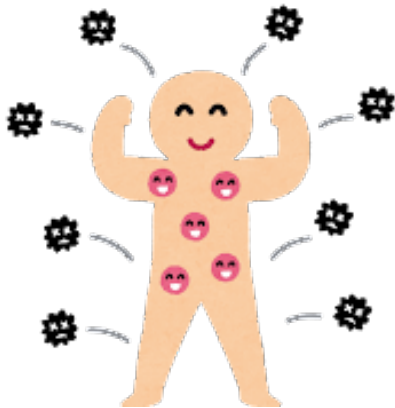


# 下がりません

体はウイルスなどと

**戦うために熱を上げて**います

(と言われていています)



なので、**最初の2日ほど**は解熱剤を  
使用してもあまり下がりません  
(体としては下げたくないのです)



# なんで使うの？

では、**解熱剤を使う目的**は？

ちょっとだけ  
お子さんを

**楽にしてあげるため**

です

熱があっても活気があれば  
解熱剤は不要です



# 使うタイミング

たとえば



**寝る / 食事の30-60分前に**

使っても少し下がるだけ

なら、有効に使いたいですね

熱でハーハーしていたら

眠りにくいし食べにくい

そんな時に

サポートとして使いましょう



# 痛みへの作用

解熱剤は痛みに対する

**鎮痛効果**もあります



小さなお子さんは

言えない・言わないだけで

**のどが、頭が、関節が痛い**かも

しれません



痛みが軽くなれば、少し楽になるかもしれません



# 他の方法は？

**薄着に**しましょう

あたたかくして、汗をかかせる

は**ウソ** (しんどいだけです)



**肌着だけ**でも構いません  
**熱を飛ばす**ようにしましょう



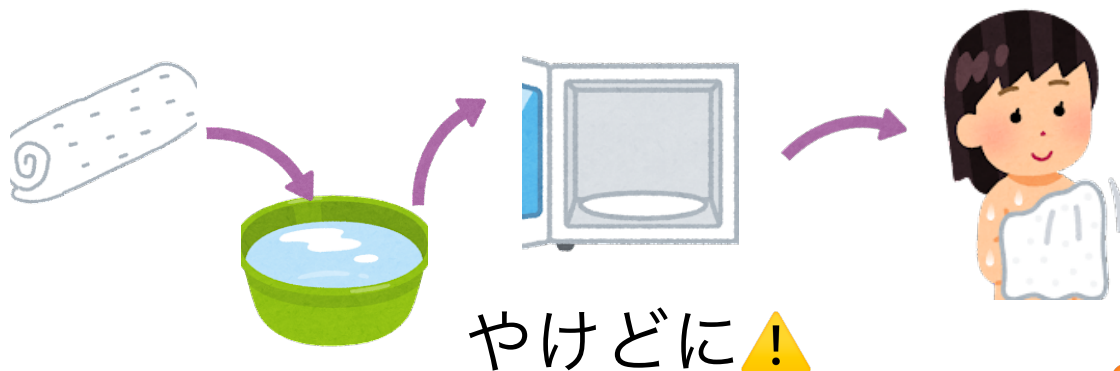


# 他の方法は？

## あったかタオル

で体をふきましょう

薬と違い、副作用もないし、何度でも使えるし、**何より気持ちいいです**



喫茶店で顔を拭くと気持ちいいですね？



# まとめ

コロナでもインフルでもない熱を出す子がものすごく多いです（コロナ禍の影響で？）。今回は解熱剤（アセトアミノフェン）についてのお話でした。

**解熱剤はお子さんを少し楽にすることが目的です。熱があっても活気があれば（食べれている、眠れているなら）使用しなくても大丈夫です。**

しっかり乗り切りましょう！

最後まで見ていただきありがとうございました

