



気温が低く乾燥した日が続いています。乾燥が大好物のウイルスが活発になる中、感染予防対策に対しての意識が高まり例年に比べ、インフルエンザの感染は減っているように感じます。子どもたちにとっても様々な制限があり、不自由な生活を強いられている昨今ですが、引き続き予防対策をしっかり行い、健康で楽しく、この冬を乗り越えていきたいですね。

今月は乳幼児期に起こりやすい、『けいれん』についてです。『けいれん』と聞くと怖いイメージですが、乳幼児期では珍しいことではないので、万が一の時、落ち着いて対処できるようにしておきましょう。

### ◎熱性けいれん（熱があるけいれん）

・発熱を誘発因子として発症するけいれん。生後6か月頃から発症し、6歳前後で治まる。数回起こる子もいれば、1回だけで落ち着く子もいる。

#### 【症状】

意識消失と共に、全身のつっぱり、手足の震え（ガクガクと動かす）の他に、急に目を見開き白目をむく、唇が紫色になり、泡を吹くといった症状が組み合わさって現れる。2～3分で治まり、長くても5分以内で止まる。

### ◎憤怒けいれん（熱がないけいれん）

・激しく泣くことで起こるけいれん。突然の予期しない外傷（痛み）や不愉快なことをきっかけとして泣いた時に多く起こる。生後6か月頃から発症し、2歳前後までには治まる。

#### 【症状】

発作的に激しく泣いたまま息を止め、そのままチアノーゼ（唇や顔面が紫色になる）をきたす。あるいは、泣く間もなく突然蒼白になり意識を失い脱力する場合もある。長くても1分程で治まることが多い。

- ① けいれんの時間を計測する。何分間起きたのか。
  - ② 平らで安全な所に横向きに寝かせる。
  - ③ 目はどちらを向いていたのか、けいれんは全身に起こっているのか、体の片側なのか、体の一部に起こっているのか、よく観察する。
  - ④ けいれんが治まったら熱を測り、普段通り名前を呼び反応があるか確かめる。そのまま寝てしまった場合は無理に起こさない。
- ★熱性けいれんを初めて起こした際は、一度かかりつけ医を受診しておくとお心です。



- ① けいれんの時間を計測する。何分間起きたのか。
  - ② 優しく抱き、本人が落ち着けるようにする。  
**呼吸が止まる為、慌てて意識を戻そうとして体を強く揺さぶると、脳内に影響を及ぼしてしまふ為、絶対にしないこと！**
  - ③ 息を吸うよう、優しく穏やかに声をかけ促していく。
- ★集団生活を送る際は、『泣き方』の特徴として、担任の先生に伝えておくとお心かと思ひます。



- 抱っこをして体を揺り動かす。
- 大声で名前を呼ぶ。
- 手足の動きを押さえつける。
- 舌をかまないようにと、口の中にガーゼなど物を入れる。

**絶対！  
やっはいけないこと！**

### こんな時は救急車を！

- ◇5分以上けいれんが続く
- ◇頭を打ってけいれんが起きた
- ◇短時間にけいれんを繰り返す
- ◇嘔吐を繰り返す
- ◇けいれん後意識が回復しない
- ◇麻痺や左右差がみられる

熱性けいれんは、熱の上り際に起きることが多く、憤怒けいれんは予期せぬことで急に泣き出すことで起こるので、今まで普通に遊んでいた子が急にけいれんを起こすということに、周りにいる人も驚き、気が動転してしまいます。大半のけいれんは、自然に回復し、生命や脳機能に障害を与えることはなく、予後の良いものがほとんどです。けいれんが起きた際は「落ち着いて冷静に行動！よく観察！」を基本に対処しましょう。

### 2月の健診のお知らせ

- ◇4か月児健診（受付 9:00～10:45）  
毎週火曜日：2, 9, 16日
  - ◇1歳6か月児健診（受付 12:45～14:00）  
毎週水曜日：3, 10, 17, 24日
  - ◇3歳児健診（受付 12:45～14:00）  
毎週木曜日：4, 18, 25日
- 【場所】保健所・保健センター  
（中野町字中原「ほいっぷ」内）
- 【問合せ】☎39-9159（こども保健課）

※対象者の方には、ご自宅へ健診日1か月前に健診票を郵送します。ご案内の日時に健診を受けて下さい。変更する場合は、必ず事前に連絡下さい。現在、新型コロナウイルス感染症対策の為、健診対象年齢をずらしております。ご了承下さい。