熱性けいれんについて

熱性けいれんは日本人の約５～１０％にみられる熱を伴うけいれんで、一般的には良性の疾患です。初めてけいれんに接すると、だれでもおどろいてわが子が死んでしまうのではないかと思うほど気持ちが動転するものです。しかし正しいけいれんについての知識があれば必要以上にあわてることはございません。熱性けいれんは、いわゆる「てんかん」とは違います。

一般的な特徴は

1. 発症年齢（初発）が６ヵ月から４～５才ごろ
2. けいれんの持続時間が２０分以内
3. 発熱はけいれん後にはかると３８．５℃以上である。
4. けいれんが左右対称性である。（片手のみのけいれんではない）
5. よく調べると（いとこやおじさんなども）同じような経験のあるひとがいる
6. ７才以後は熱が出てもひきつけなくなります。
7. １回の発熱でけいれんはたいてい１回のみです。

皆さんが同じく心配されるのは、けいれんで頭がおかしくなるのではないかということですが、このような短時間のけいれんでおかしくなることはありません。熱についても頭に対する影響はありません。

けいれん時の対策

＊まずあわてないこと。

＊すぐに時計を見る。（けいれんの持続時間を正確に知るため）

＊平らなところに寝かせて布団などは取り外して体全体がよく観察できるようにし、衣服をゆるめる。（けいれん時は嘔吐することが多いため、身体全体を横に向かせ、横に向かせることが難しい場合には頭を左右どちらか向けやすい方に向けましょう。）

＊口の中にものを入れてはいけません。舌を噛むことはまずありません。かえって口の中に物を入れると、嘔吐を誘発して吐物が気管に詰まる可能性があります。

＊けいれん中は体を揺すったり身体を押さえつけたり、刺激を与えてはいけません。静かに見守っていて下さい。

＊けいれんが終わったらもう一度時計を見てください。（実際より、けいれんがとても長く感じるものです。）

＊けいれん後の熱を測定する。

けいれんの予防

＊熱性けいれんは熱の上がり際に多いため、予防は微熱の段階で行うのが原則である。風邪をひいたなと思ったら早目に診察を受けましょう。積極的にクーリング（身体を冷やすこと）を行います。けいれんの予防薬（主に坐薬）をもらっている場合には決められた量を決められた場合（例えば３７．５℃以上の時など）に用いておきましょう。