

けいれんがおきたときのホームケア



けいれんってなに？

けいれんは、脳の神経細胞が、過剰に興奮状態になつたとたきにおこります。運動細胞をつかさどる神経細胞の一部だけが興奮状態になっているときは、その部分が担当するからだの部分だけにけいれんがおこります。



けいれんはどんな時におきるの？

赤ちゃんの頃におきるけいれんには4つのタイプがあります。

- ①発熱に伴っておきる熱性けいれん
熱の上がり際におきる事が多く、ほとんどは2～3分でおさまります。赤ちゃんの脳の発達が未熟なためにおきると考えられています。赤ちゃんの起こすけいれんの多くは、これにあたります。
- ②ウイルスや細菌などの病原体が、脳や髄膜に侵入して炎症を起こすために
おきるけいれん(髄膜炎、脳炎など)
高熱や嘔吐を伴い、けいれんが10分以上長引き、繰り返しやすいのが特徴です。
- ③無熱性のけいれん
もともとてんかんなどの病気があるため起こるものです。
- ④胃腸炎関連けいれん
3歳未満の子で、ロタウイルスやノロウイルスなどが原因の嘔吐下痢を発症して、おおくは2～3日頃にけいれんが起きます。熱がないことが多いですが、発熱することもあります。ほとんど短い時間でおさまる全身性のけいれんで、すぐに意識も戻り普段と同じ状態になりますが、一回の発症内でしばしば繰り返します。慢性的なものではありません。



熱性けいれん

熱といっしょに・・・
通常は38℃以上24時間以内

どのくらいの時期に・・・
6ヶ月～5歳（ピークは1歳）

どんな症状・・・
けいれん、脱力（だらんとしている）
意識障害（声かけに反応がない）など

ほかに原因となる
病気がない・・・
てんかん、髄膜炎、代謝異常、循環障害など



熱性けいれんの予防と坐薬の使いかた



熱性けいれんをおこしやすい（2回以上起こしている）お子さまには発熱時に抗けいれん薬（ダイアアップなど）を使用するのがよいでしょう。熱性けいれんは体温が急激にあがるときにおこりやすいので、37.5℃前後の発熱で一回目の坐薬をいれます。そして、38℃以上の発熱が続く場合には、8時間後にもう一度だけ坐薬をいれてください。原則的には二回で終わりにします。

注) 解熱薬坐剤は基本的に使用しません。いったん解熱しても、もとの病気が治っていないとまた熱があがり、そのときにけいれんを起こす恐れがあるからです。抗けいれん薬と併用する場合も、使用するときは、医師の指示にしたがってください。



心配なけいれんは？

数分で自然に治まり、その後ケロツとしているような熱性けいれんは、ほとんど心配はありません。一方、熱を伴うけいれんでも、10分以上続く場合や、1日に2回以上起こす場合は注意が必要です

また、高熱が数日続いた後で、いきなりけいれんを起こし、嘔吐を伴ったり、治まってからも意識がない時は、髄膜炎や脳炎、脳症などが疑われます。すぐに受診しましょう。さらに、発熱を伴わないけいれんが起きた場合は、てんかんなどの可能性もあり、検査の対象になります。これらの病気とは別に、頭を強く打った後でけいれんを起こした時は、すぐに受診しましょう。



！！あわてない！！



突然けいれんがおこると誰でもびっくりします。でもけしてあわてないでください！

時計をみて！いつから？どのくらい？右半身、左半身などの左右差はない？

けいれん時間、けいれんの様子を観察します。

- ・手足の格好は左右対称か：片方だけが硬直しているかなどを見ます。
- ・何分続いたか：後であやふやにならないためにも、しっかり時間を計って。
- ・熱の有無：熱を伴うけいれんかどうか、治まってから必ず熱を測り、その他の異常もチェック。
- ・治まってからの様子：泣いたか、そのまま眠ったか。呼びかけに反応するか、手足に麻痺がないかなどを確認。

★していいこと！してはいけないこと！

- ・顔は横を向かせ、衣服をゆるめる
けいれんに伴って吐くこともあります。けいれんに気がついたら、吐いた時に吐いたものが気道に入らないように、顔を横に向け、衣服をゆるめましょう。
- ・刺激をしない
大声で名前を呼んだり、体を揺さぶったりするのは禁物。刺激をしないようにします。
- ・口の中にもものを入れない
歯をくいしばっていると、舌をかまないと心配になるかもしれません。しかし、その心配はないので口の中にスプーンや指などを入れないようにしましょう。水分や薬もこの時は飲ませないようにします。

★けいれんがおさまったら

- ・治まったら熱を測る
ギョッとひきつけた状態から、ガクッガクッと体の緊張が解け、泣き出せば、その時点でけいれんは治まったと考えていいでしょう。落ち着いたら、熱を測ります。意識がはっきりしているようなら、水分をとらせてあげてもいいでしょう。
- ・無理に起こさない
けいれんがおさまると、そのまま眠りこんでしまったり、しばらくボーとすることもあります。おだやかに呼吸をしていたり、ボーとしていても目が合う、言葉を話す、声かけには反応するようなら、そっとしておいてあげましょう。
- ・初めてのけいれんの場合は、必ずその後に受診を。



受診の目安

<夜間・休日でも病院へいきましょう>

- 初めてけいれんを起こした時は、発熱を伴う場合も、熱がない場合も急いで受診を2回目以降でも・・・
- 5分以上けいれんが続く
- 1日に2回以上けいれんを起こした
- けいれんが左右対称でなく、まぢまち
- けいれんの後、意識がない、麻痺が残った
- 頭を強く打った後でけいれんを起こした



<小児初期救急医療センター>

休日：午前9時～翌朝7時
土曜：午後3時～翌朝7時
夜間：午後7時～翌朝7時

場所：甲府市幸町14-6
甲府市医師会救急医療センター内
電話：055-226-3399

<診察時間内に病院へ>

- 初めてではないが、熱性けいれんを起こした
- ときどき、けいれんが疑われるしぐさがある

<家で様子を見ましょう>

- 激しく泣いている時に一瞬呼吸が止まり、ひきつけたが、しばらくしたら落ち着いている