

特 集

子どもの症状・けが 保護者のホームケア力を支えよう

《特集にあたって》

保護者のホームケア力を支える看護実践力を身につけよう

少子化や核家族化という社会的変化に伴い、育児経験や伝承する機会の減少、育児サポートの不足などから、育児力の低下が懸念されています。一方で育児に関する情報はあふれ、混乱しています。多くの保護者は育児そのものに、心配や不安を抱えながら日々を送っています。

初めて育児を行う保護者にとって、子どもが健康なときであっても育児は大変なものです。その毎日の育児に、子どもの病気やけがが加わるのです。容易に保護者の心配や不安の増大を想像できます。

子どもの病気やけがに対応するのは大変なことです。子どもの側からすると、身体はつらいけれど意外とうれしいこともあるのです。私事です。娘が小さいころ熱を出したことがありました。真っ赤な顔をしながら布団をかぶり、「ふふっ」と嬉しそうな表情をしたのです。理由を聞いてみると、「ママが優しくしてくれるし、好きなものが食べられるから」と答えました。母親として反省する面もありましたが、子どもにとっては愛情を確認できる、またとない機会になるのだと思いました。

子どもの病気やけがは悪いことばかりではありません。

子どもと保護者が親子の絆を深めながら安心して自宅療養をできるように、子どもにかかわる看護師は、保護者のホームケア力を支えていく必要があります。

保護者のホームケア力を支えるためには、知っていることをただ伝えればよいということではありません。保護者をまず理解すること、保護者のニーズと伝えたいことをすり合わせ伝える情報を選択すること、時には保護者のレディネス(心身の準備性)を整えることが必要かもしれません。知識に加え、効果的な支援にはスキルも必要となります。

本特集では、子どもによくみられる症状とけがのホームケアについて、経験豊富な小児看護専門看護師、小児救急看護認定看護師に執筆を依頼しました。ホームケアについて、保護者に伝えたいポイント、多くの保護者が知りたいことへの対応などについてわかりやすく解説します。さらに、症状やけがごとに保護者に伝えたいホームケアについてまとめ、コピーして使用できるリーフレットを掲載しました。本特集が今後の看護実践のなかで活用され、保護者のホームケア力を支える一助になることを願っています。

埼玉県立小児医療センター救急外来／小児救急看護認定看護師
細井千晴 Hosoi Chiharu

イラスト：大弓千賀子、渡辺千春

発熱のホームケア



POINT 1 環境の調整

手足が冷たく震えているときは衣類や布団を多めにしましょう。

顔が赤くなってきて熱が上がり切り、汗をかいたり暑がったりしているときには衣類や布団を減らしましょう。その際、いやがらなければ冷やしましょう(図1)。

熱が上がり切っても厚着をさせると熱がこもりオーバーヒート状態になってしまうので、布団のかけすぎや洋服の着せすぎに注意してください。



図1 ◆ 冷やす場所



POINT 2 解熱薬の使用法

発熱は、ばい菌を退治しようとがんばっている体の防御反応です。発熱していても機嫌がよく、水分が摂れ、よく眠れているようであれば無理に解熱薬を使用する必要はありません。ぐったりして「水分も摂れない」「苦しそうで眠れない」ときに解熱薬を使用してあげてください。熱が下がっている間に「水分摂取や睡眠」を促し、脱水の予防や体力の回復を心がけましょう。



POINT 3 脱水に気をつけましょう

発熱時は普段より多く汗をかきます。そのため脱水症になってしまうことがあります。できるかぎり水分を摂らせましょう。食事は無理に与える必要はありません。



よくある質問



発熱時のお風呂は？

子どもは代謝が盛んで、発熱時にはさらに発汗するため、皮膚の清潔を保つことは大切です。しかし、体力の消耗を考慮し無理にお風呂に入れる必要はありません。機嫌がよく、元気があるときには、シャワーや短時間であれば湯船に入らせましょう。入浴後は、水分を補給するように心がけましょう。

長期間お風呂に入れない場合は、衣類を交換したり蒸しタオルで拭いてあげたり、陰部や殿部をお湯で流したりする方法もあります。