

～熱せん妄（ねつせんもう）～

高熱時に、お子さんがよくわからない行動をとって不安になられたことはありませんか？発熱に伴うこの異常な行動は、『熱せん妄（もう）』と呼ばれていて、1歳～10歳台のお子さんで珍しくない症状です。



〔どんな症状？〕

眠っていたのに急に起き上がり「怖い！」と大声で叫んだり、走り回ったり、「虫がいる」「虹が見える」とか支離滅裂な話を始めたりします。こちらからの問いかけには答えることができません。こんなとき、親御さんは戸惑ってしまいますよね。

でも、子ども本人もこの時は、夢と現実の区別がつかずパニック状態で何が何だか分からない状態なので、親御さんは落ち着いて対応してあげる必要があります。

お子さんの年齢が上がるにつれて力も強くなり、幻覚を見て外に飛び出してしまう事故にあったり、窓から飛び降りてしまうなどのケースも報告されており注意が必要です。

〔熱せん妄の原因〕

熱せん妄は、高熱で脳の温度が上がり脳から「暑い！どうにかして！！」とSOSが出されます。するとSOSを受けた脳細胞からは、ノルアドレナリンやドーパミンなどの化学物質がどんどん放出されます。この大量に放出される化学物質が複雑な神経症状を引き起こすと考えられています。

熱せん妄を起こしている時、頭は眠って夢を見ている状態なのに、筋肉の力は抜けず身体は起きているような状態です。

そのため夢の中で起こっていることに従って身体が動いてしまったり、幻覚から逃げようとしてしまったりするのです。

発熱しても熱せん妄が全く出ないお子さんもいますし繰り返し表れるお子さんもいますが、なぜ差があるのか詳しいことは解明されていません。



〔効果的な3つの対処法〕

- ① お子さんの発熱時（特に高熱の場合）は誰かしら傍で様子を見る。 お子さん自身熱せん妄の症状が出た場合、夢なのか現実なのか幻覚なのかよくわからずに興奮状態に陥っています。中には何者かに追いかけられたり気持ち悪い虫が見えたり、恐怖からパニック状態になり外に飛び出してしまうことも考えられます。それを防ぐ為にも窓・玄関のカギはしっかり閉めて家族が様子を見てあげる必要があります。
- ② 身体を冷やし処方されたお薬をきちんと飲ませる。 当たり前じゃないかと思われるかも知れませんが、熱せん妄でお子さんの様子が豹変してしまった場合、親御さんもパニックになり、やるべきことができなくなってしまうことがあります。熱せん妄で異常行動が見られる場合でも太ももの付け根、脇の下、首を冷やし、医師の指示通りにお薬を飲ませ少し熱を下げてあげましょう。
- ③ お子さんの身体に触れて安心感を与えてあげる。 熱せん妄で怖いものが見えたり、夢の中の体験が本当に思えてしまったりして、お子さんは大変不安定で心細い状態です。そんな時は手を握ってどんな話でも否定することなく聞き、抱きしめてあげたり頭を撫でてあげたりして、少しでも不安を取り除いてあげましょう。

基本的には、数分から数時間以内に症状はおさまります。

それ以上持続するような意識障害や異常行動、または、その際に痙攣（ひきつけ）などを起こす場合は、脳炎・脳症など脳に障害を起こしている可能性が高くなりますので、速やかに医療機関を受診してください。

