



熱が出た時の対応方法

- 1 寒気があれば布団をかけて暖めましょう
- 2 寒気がなければ、右図の赤丸のところを重点的に冷やしましょう
- 3 部屋の環境を調整しましょう
 - 暖房で部屋を暖めすぎていませんか？
 - 布団を掛け過ぎていませんか？
 - 洋服を着すぎていませんか？
- 4 医師から処方されている解熱剤を使用しましょう

