

せきがひどいとき

? まず、どうすればいいの？

- 子どもの楽な姿勢にしてあげましょう。

しばらく様子を見ても大丈夫なとき

観察ポイント

- のどが“ゼイゼイ”“ヒューヒュー”鳴っているが、呼吸が苦しい感じがなく、横になって眠ってられる
- 眠りかけや朝起きたとき、走ったときにせきが出るが、他の症状はなく元気がある



手当の仕方

……→ 通常の診療時間内に受診しましょう

- 水分を少量ずつ与えてみましょう。
- 部屋を乾燥しすぎないように加湿してみましょう。



! すぐに受診した方がよいとき

- 呼吸が苦しそうでゼイゼイしたり、息を吸うときに肩を激しく上下させ、肋骨の上や間がベコベコへこむ呼吸をしているとき
- 顔色やくちびるの色が青いとき（チアノーゼ = 酸素があまり吸えなくなっていることを示しています）
- 呼吸困難のため、横になれないとか、苦しくて動けないとき
- せきが連続して30分以上止まらないとき



せき込んだ刺激で吐くことがあります。単に吐くだけでは心配ありません。ただし、吐いたものが気管につまらないよう、顔を横に向けてあげましょう。



※小児の安静時呼吸数（1分間）の目安

新生児	40～55回	2～4歳	25～30回
～1歳未満	30～45回	5歳～10歳	20～25回
1歳	30～40回	11～12歳	16～18回