



咳・呼吸が苦しい



●咳・呼吸が苦しいときは次のことを確認しましょう。

すぐに受診



- ☐ 苦しくて顔色が悪い
- ☐ 近くにいてゼイゼイが聞こえる
- ☐ 肩で呼吸している
- ☐ 鼻の穴がピクピクしている
- ☐ 鎖骨の上や肋骨の下がくぼむ
- ☐ 横になって眠れない
- ☐ ケンケンした咳をしている

こんなときはすぐ受診



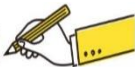
診療時間内に受診



- ☐ 咳が多くても、水分や食事がまらず摂れる
- ☐ 横になって眠れる

ホームケアのポイント

Point



- ☑部屋を適度に加湿しましょう
- ☑鼻水が多い時は吸引も効果的です
- ☑水分は少量ずつ頻回に摂りましょう
- ☑縦抱きや上半身を挙上すると呼吸が楽になる場合があります



腹痛



- 腹痛は様々な原因で起こりますが、便秘が原因のことが多いです。
- いつ最後の排便があったのか、便の様子も観察しましょう。
- 外科的処置が必要になる場合もあります。子どもの痛みの判断も難しいため、次のことを確認し、心配な時は相談しましょう。

すぐに受診



- ☐ 痛みが強くて歩けない
- ☐ 常に強い痛みがある
- ☐ 嘔吐を繰り返し、吐物の色が茶色・緑色である
- ☐ 血便がある
- ☐ 泣き方が激しく、間隔をおいてまた泣く(乳児)
- ☐ ぐったりしている、顔色がわるく、反応が鈍い

様子をみながら受診

- ☐ 痛みはあるがなみがあり、我慢できる痛み
- ☐ 水分、食事が摂れる
- ☐ 便をしたら落ち着いた
- ☐ 眠れそう

