



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、水分や食事がまづまづ摂れる
- 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

