



観察のポイント

- せきは、気管や気管支にウイルス、細菌、異物などが侵入したりするのを排除しようとする防御反応です。
- 人混みやほこりっぽい場所にいる時、空気が乾燥している時などにするせきは、一時的に激しくても、その後落ち着くようなら心配ありません。

《呼吸困難の兆候》

- ・呼吸が速い
- ・走った後のように肩で息をする(肩呼吸)
- ・息を吸う時に胸がふくらまず、かえって肋骨の間や下、鎖骨の上、喉の下がくぼむ(陥没呼吸)
- ・息を吸うときに胸がくぼみ、お腹だけがふくらむ(シーソー呼吸)
- ・鼻の穴がヒクヒクする(鼻翼呼吸)
- ・苦しくて横になれない(起座呼吸)
- ・せき込んでとまらない。



しばらく様子を見てもよい場合

- 自宅での対処で症状がよくなってきた。
- 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、横になって眠っていただける。
- 眠りかけや朝起きた時、走った時にせきが出るが全身症状はよい。
- 眠れる、食べられる、運動ができる、熱もない。

早めに救急外来を受診した方がよい場合

- せき込みが激しくて、呼吸困難の兆候が認められる。
- 顔が青白く、唇が青紫色になっている。(チアノーゼ＝酸素があまり吸えなくなっていること)
- 呼吸困難の為、横になれない、眠れない、苦しくて動けない、話せない。
- 1日中せきが止まらない、せき込んで何度も吐く。
- 犬の遠吠えやオットセイの鳴き声のようなせき込みをしている。
- 高熱を伴っている。

せき

次の症状はみられますか？

- 声がかすれる。オットセイの鳴き声みたいにせき込む。
- 38.0℃以上の発熱がある。
- ゼイゼイ、ヒューヒューいう。
- 息苦しそうである。
- 呼吸が速い。
- ぐったりしている
- 水分をとりたがらない。
- 口の周りや唇が青紫色になる。(チアノーゼ)

症状がみられたものを「はい」した場合

小児科医のいる医療機関を受診してください。

「はい」が1つ以上

なし

ただし、症状が大きく変わったら小児科医のいる医療機関および休日夜間急患センター等を受診してください。

様子をみながら診療時間になるのを待って医療機関へ