



パニックになったら（もちろんのんびりしすぎても）いけません。
 まずはあなた（パパ・ママ）が落ち着いてください。（芝居でも）
 冷静な親を見ると、お子さんは安心します。
 説明しにくい時は電話口子どもさんを近づけ、咳や呼吸の音を
 聞いてもらうか、携帯動画で記録！

小児救急電話相談
 「#8000」を活用
 しましょう(P1参照)



せきが出る



✓ 医師に伝えること

- ・何かを詰まらせてはいないか
- ・特徴的な音のせきが出ているか
- ・発熱、鼻水など、
せき以外の症状があるか
- ・機嫌が悪くなったり、
食事の量は減っていないか
- ・睡眠はとれているか
- ・アレルギー体質はどうか

急病時の問い合わせ先

美方広域消防本部
 Tel : 0796-92-0119

公立豊岡病院
 Tel : 0796-22-6111

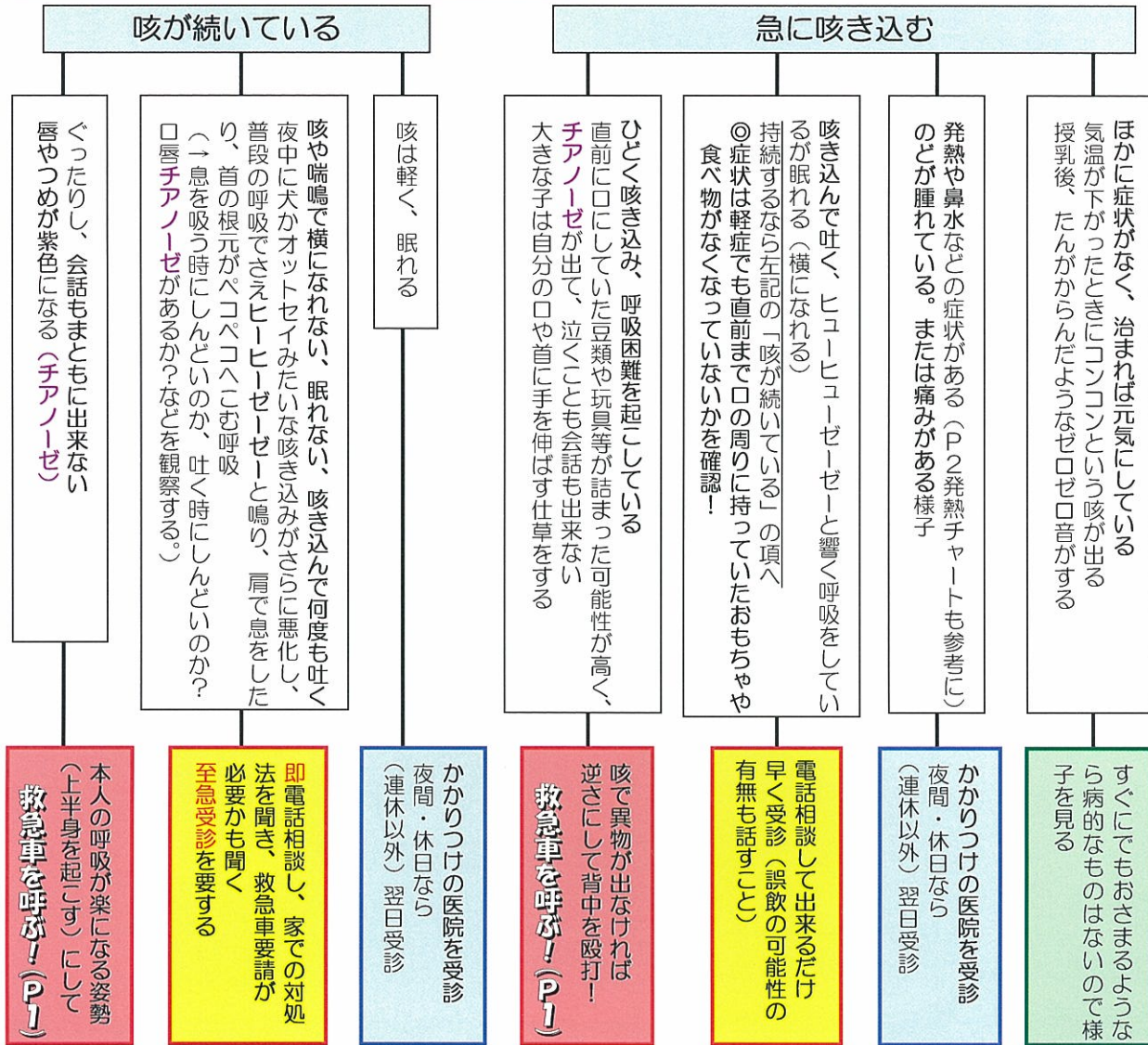
公立八鹿病院
 Tel : 079-662-5555

我が家のかかりつけ医

院名：.....
 電話：.....

院名：.....
 電話：.....

全てのチャートはあくまでも目安です。症状は人によって異なるため様子をよく観察し、
 心配な時は受診すべきかどうかを電話で相談しましょう。



🏠 ホームケア ぜんそく・クループの図(P9)も参考に

★室内は換気、掃除をこまめにして清潔に。湿度を高めに保ちましょう。上体を高くして寝かせましょう。咳き込んだ
 ときは起こすか、抱っこして背中をさすってあげましょう。飲物でのどを湿らせてあげると苦しさが和らぎます。

のどや呼吸器の炎症のほか防御反応として出るたんや痰も
 特徴的なせきの音で病気が分かることがあるので、まずはどんなせきが出ているのか確認しましょう。
 電話相談のときに**本人の呼吸音を電話に近づけて相談相手に聞いてもらう**といきましょう。
 せきはのどや呼吸器が炎症を起したときだけでなく、異物やほこりを吸い込んだとき、気温の変化が大きいとき、
 呼吸器の粘膜から出た分泌物をのどから外に出そうとしたときにも出ます。
 せきは気道にたまった分泌物や異物を体内に入れず押し出し、呼吸機能を正常に戻すための防御反応なのです。
 気温が下がったときに出るコンコンというせきや、おっぱいやミルクを飲んだあとにするせきやせき音は、赤ちゃん
 によく見られるもので心配いりません。