

咳、ゼーゼーする、呼吸が苦しい(呼吸困難)時の注意

横浜市小児科医会救急委員会作成

- 呼吸に伴ってゼーゼー、ヒューヒューという音が聞こえるのを喘鳴（ぜんめい）と言います。これは鼻から気管支への気道に炎症があり、気道が狭くなり、また気道からの分泌物（鼻水や、痰）がからんでいるときに聞こえます。加湿器などを利用して室内が乾燥しないように注意し、水分を十分取らせると良いでしょう。
- 咳がひどいときも、室内が乾燥しないように注意し、水分を十分取らせ、背中を軽くさすったり、たたいてあげると痰が出やすくなり楽になる事があります。

こんな時は、すぐに小児科を受診しましょう！

- 呼吸が苦しい。
- 以下のような**呼吸困難の所見**が1つでもある。
 - 小鼻がぺこぺこ膨らんだりへこんだりする。
 - 胸骨の上下や肋骨の間がぺこぺこことへこむ。
 - 口唇が紫色。
 - 横になっていられず、すわっているほうが楽。
- 呼吸が時々止まる。
- 咳がひどく眠れない。

喘息・細気管支炎・クループ・異物誤飲

呼吸困難をきたす子どもの病気には喘息、急性細気管支炎、クループ、異物誤飲があります。

- 気管支喘息：気管支に慢性の炎症がおこり、咳、喘鳴、呼吸困難の発作が繰り返して起こります(喘息発作)。
- 喘息性気管支炎：風邪などのウイルス感染に伴って、発熱、咳、喘鳴が起こりますが、気管支喘息のようなひどい呼吸困難はありません。
- 急性細気管支炎：主にRSウイルスというウイルスにより、気管支よりさらに細かい細気管支という場所がおかされ、発熱や、咳、喘鳴、呼吸困難が起こります。
- クループ：のどの奥の声を出す声帯やその周囲の喉頭(こうとう)にウイルスや細菌の感染で炎症が起こり、オットセイが鳴くようなコーンコーンという咳が起こります。喘鳴や窒息を起こすようなひどい呼吸困難も起こることがあります。

以上の疾患の診断がなされた時には、呼吸の状態、特に上記の**呼吸困難の所見**に注意して、お子さんを観察してください。また、気管にピーナッツ等の小さな異物を誤飲した場合も急にせき込み、呼吸困難となることがあります。その際は、後ろから腕を回して肋骨の下で両手を組み、お腹を圧迫するか、膝の上うつ伏せにして、肩甲骨の間を数回強く叩いて、異物を吐き出させます。それでもうまくいかない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。