

### (3) せきが出る



#### ワンポイントアドバイス

#### 水分を補給し、部屋の湿度を上げましょう

せきが激しいときは、口もとに蒸しタオルなどをあてたり、水やお茶などを少しずつ飲ませたりしましょう。また、部屋を加湿し、窓をときどき開けて、新鮮な空気と入れ替えると症状が軽くなる場合があります。

#### たんが出ると楽になることがあります

せきが激しく食事がとれないときでも、水分だけは飲ませるようにしてください。背中をさすってあげるとたんが出やすく楽になることがあります。



#### 症状に応じた対処法

- 眠りかけや朝起きたときにせきが出るが、全身状態はよい

様子を見て、昼間の診療時間内に、かかりつけ医などを受診しましょう

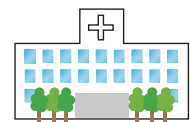


- 声がかすれ、犬の遠吠えやオットセイの鳴き声のようにせき込む
- 呼吸時に、ゼーゼー、ヒューヒューという音が聞こえる
- 息苦しそうである
- 呼吸がはやい
- 水分をとらない
- 元気がなくぐったりしている

「はい」が一つもない

「はい」が一つ以上

夜間休日救急診療所を受診しましょう



- 顔や唇の色が紫色である
- 極端に呼吸が少ない

救急車を呼びましょう

