

# 気管支喘息

## 気管支喘息とは

アレルギーを起こすものなどに体が反応して、空気の通り道が狭くなって「ゼーゼー」「ヒューヒュー」と音がしたり、咳がでたり、息が苦しくなったりする病気です。

発作は人によりますが、ダニやハウスダスト、タバコの煙を吸ったり風邪をひくことで起こります。

## 喘息発作が起きたら

- 外来で喘息と言われているお子様は、薬（発作時の薬）をもらっているはずですが、

まずはそれを飲みましょう。

※薬はすぐには効きません。最低 30 分はかかります。

- 自宅に吸入器がある場合は医師に言われている吸入を行いましょう。
- 年長児では腹式呼吸をさせ、背中をさすり軽くたたいて痰を出しやすくしましょう。
- 水分を十分に与えましょう。

発作時は呼吸苦のために水分の摂取が少なくなります。また、呼吸がはやくなり体から水分がどんどん出て行くために、脱水に陥りやすくなります。水分を摂ることで脱水を予防し、また、痰を軟らかくし出しやすくします。

水分を一度にたくさん与えると、咳き込んだ時に吐いてしまうこともあるので、少量ずつこまめに与えるようにしましょう。飲ませるものはお茶やスポーツドリンクが良いです。

- 衣服をゆるめ、楽な姿勢にし、安静にしましょう。寝かせるよりも座らせるほうが良いでしょう。

## すぐに受診をしましょう

- 唇や爪が紫色になったり、意識がはっきりしなくなってきた時
- 咳がひどく薬や水分が全く取れない時
- 発作時の薬を飲んだり、吸入をしても咳がおさまらない時
- 咳き込んで吐くことが続いている時

上記の時には、かかりつけの病院に、

夜間なら、

**埼玉救急医療情報センター**（埼玉県 048-824-4199）

**救急医療情報コントロールセンター**（茨城県 029-241-4199）

へ連絡して小児科を受診しましょう。

