

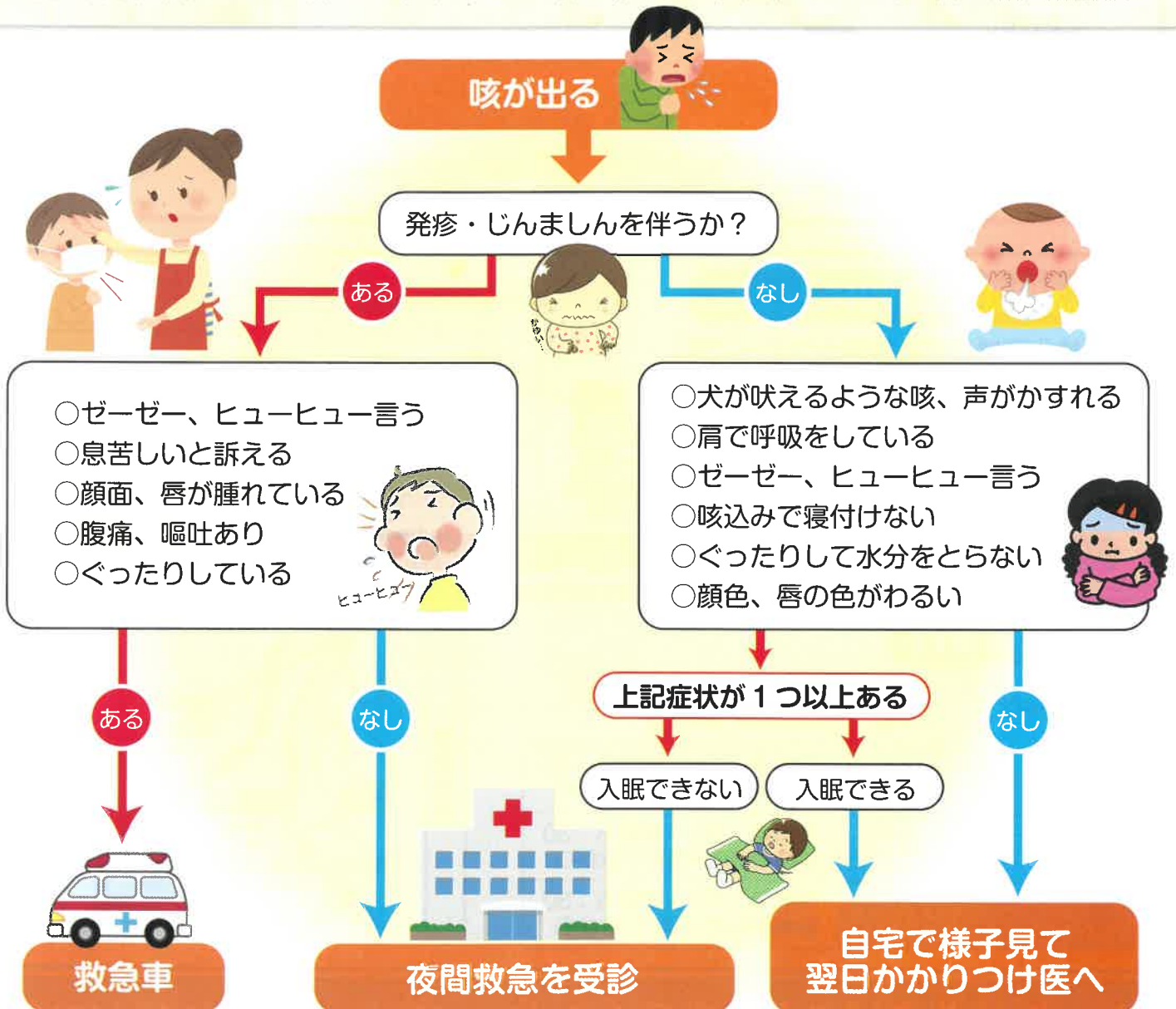


# 阪神北広域こども急病センター ニュースレター

平成30年度夏号

梅雨が明け本格的な夏の始まりです。海開きがあり、夏休みがスタートする季節ですね。暑さが厳しく、夏バテなどの疲れが出やすくなります。体調管理に気をつけましょう。

今回は咳のお話です。咳は発熱と並び、子どもの病気の代表的な症状のひとつです。夜になるとひどくなる場合が多く、眠れない子どもをみて、受診すべきか悩まれることがあると思います。咳はウイルスや細菌を外に追い出そうとする人間の自然な防御反応です。しかし咳には原因となる、かぜや喘息、アレルギー（じんましんを伴う咳）など、様々な病気が潜んでおり、体の中に何らかの異常があることを伝えるサインといえます。咳が出始めたら注意深く観察し、夜間受診に迷うときは、下記のフローチャートを参考にしましょう。



## こどもの咳、こんな時どうすればいいの？

### Q) 咳がひどい、どうしたらいいの？

A) 水分を少しずつ飲んだり、部屋の加湿をする（加湿器がなければ濡れタオルを干すなど）マスクができるようであればマスクを着用する（自分の呼気で加湿する）  
横になることで咳き込みが増強するようなら、背中にクッションなどを置いて、少し上半身を高くしてあげると楽になります



### Q) 咳き込んで吐いてしまいます、大丈夫ですか？

A) 咳き込んで吐いた時に、痰と一緒にすることで呼吸が楽になります  
咳き込みが落ち着けば水分を少しずつとるようにしてください



### Q) 急に変な咳をし始めて眠れない

A) 犬が吠えるような咳（オットセイが泣くような咳、声がれ）の時は夜間救急を受診してください

### Q) 眠っていますが、呼吸がゼーゼーしてしんどそうなのですが

A) ゼーゼーがひどく、眠れなくなるようなら夜間救急を受診してください  
このままなんとか入眠できているようなら翌朝かかりつけ医を受診してください



迷う場合は受診しましょう



## 電話相談をご利用ください

◆阪神北広域こども急病センターでは、  
看護師による電話相談を行っています。

☎ 電話相談 ☎

072-770-9981



## ☎ 相談受付時間 ☎

平日	午後 8 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
土曜日	午後 3 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 9 : 00 ~ 翌朝 6 : 30

こどもの急病でお困りのときは、お気軽にご相談ください。

## 診療のご案内

診療科目	小児科（15歳以下、中学生まで） ※原則、内科の診療となります	
診療受付時間	平日	午後 7 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 8 時から
	土曜日	午後 2 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 3 時から
	日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 8 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午前 9 時から

## 道路地図



阪神北広域こども急病センター

〒664-0015 伊丹市昆陽池 2 丁目 10 番地  
<http://www.hanshink-kodomoqq.jp/>

TEL : 072-770-9988

FAX : 072-770-9905