

# 息が苦しい（こども）

## 主な 症状

「息が苦しい(苦しそうだ)」 「呼吸が苦しい」  
「息が荒い」 「肩で呼吸をしている」  
「ヒューヒュー、ゼーゼーする」「息ができない」 など

赤、黄、緑のチェックリストがあります。ひとつでも項目に当てはまる場合は、『はい』へ進んでください。赤枠のチェックリストにひとつでも当てはまる場合や、黄枠から『119』へ進んだ場合はすぐに救急車を呼んでください。  
(内科系)、(外科系)、(医療機関案内)は受診時の参考にしてください。

赤

- きちんと息ができない状態である。
- 胸が痛い。
- 顔や唇の色が紫色をしている。
- 意識がないようだ。（受け答えができない、呼びかけに反応しない）
- 何か食べたり、口にくわえたりして遊んでいた。（ピーナッツなどの豆類）
- 盛り上がった発疹（ブツブツ）があり、かゆがっている。
- ヒューヒュー、ゼーゼーが強い。
- 深呼吸ができない。
- 息を吐くときの時間が長くなっている。
- 何か変なものを吸い込んだ、または、その可能性がある。

いいえ

はい

119

黄

- 咳がひどい。内科系
- 喘息の治療中で、医師の指示通り薬を使ってもよくなる。内科系
- アレルギーをもっている。内科系
- たんや咳が出る。内科系
- 発熱がある。(38℃以上) 内科系
- 鼻づまりがひどい。内科系

いいえ

はい

- 1歳未満
- 歩けない

はい

119

いいえ

今すぐ受診

緑

- 以上の項目にあてはまらない。内科系

いいえ

はい

- 1歳未満
- 歩けない

はい

今すぐ受診

いいえ

当日又は翌日の  
通常時間に受診



### すべての項目に該当しない場合

継続的に様子を見て、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、他の症状が出現した場合は、医療機関の受診を考慮してください。



- 水分を十分にとらせましょう。
- 喘息などで主治医から発作時の対応について指示があるときは、それを行きましょう。
- 刺激物や症状を悪化させる可能性のあるものは遠ざけてあげましょう。