



西淀川区はクジラの形をしているよ

●発行/NPO法人 にしよど にこネット ●協力/西淀川区子ども・子育て支援連絡会

病院へ行く
その前に...

おうちでできるホームケア

急いで病院に
走る?

おうちで安静に
してれば大丈夫?

えーっ!?
どっち? どっち?

症状

症状はあるが... まんまー
 元気に遊んでる
 水分も取れていて
食欲もある

ホームケアをしながら
自宅で様子を見る

+ 症状別 受診の目安 +

様子をみて...
診療時間内に
受診

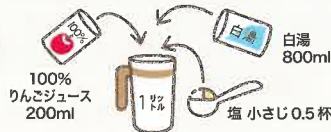
こんな症状があれば...
診療時間外でも
急いで受診



発熱

おうちでできるホームケア

水分補給に! カンタン「経口補水液」



- 鼻水・せき・下痢など風邪の症状がある
- 耳だれが出たり、耳に手をやって痛がる

- 生後3ヶ月以内で38度以上の熱がある
- 続けて吐く、ぐったりしていて苦しそう、元気がなく飲まない食べない
- 意識がはっきりしない、けいれんが起こる



おう吐

吐いたものが残らないようにすばやく処理。



- おう吐以外に風邪の症状がある
- 吐き気がいつまでもおさまらない

- 激しく泣いたり、泣きやんだりを繰り返す
- 顔色が青ざめている
- 連続して吐き続けている
- ぐったりして水分も取れていない



せきが出る

室内は換気・掃除をこまめにし、新鮮な空気を入れ清潔に。
部屋の湿度を上げるには「ぬれタオル」が効果的です。



- 咳以外に風邪の症状がある
- 咳が長引いている
- たんがひどくからむ

- 呼吸がはやく、顔色やくちびるが青い
- 息をするのが苦しそう、呼吸困難になっている



鼻水・鼻づまり

鼻水は、鼻吸い用スポイトや綿棒でからめ取ってあげてね。鼻の下などがかさついてきたらワセリンで保湿を。蒸しタオルを鼻の付け根にあてると、鼻が通りやすくなります。



- 鼻水以外に風邪の症状があり機嫌が悪く食欲がない
- 鼻づまりがあり、眠れない
- おっぱいやミルクが飲みづらそう
- 鼻水が数日続いている
- 黄色っぽい色のついた鼻水が出る

ハナミズを出しているだけなら救急の心配はいりません。



下痢

おしりがかぶれやすくなるので清潔にしてあげましょう。
オムツの上で「おしり洗い」



- 比較的元気だが、いつもとウンチの色が違う
- 下痢以外に風邪の症状がある
- 下痢が長引いている
- 下痢のにおいがきつい

- 激しい下痢とともに、おう吐や脱水症状を起こし、ぐったりしている
- 血便があり、身体を折り曲げて激しく泣く、体力が低下している
- 高熱が出ている

それでも判断に迷った時に!
●病院へ行った方がいい?
●近くに救急病院はある?

救急安心センターおおさか 看護師・相談員が24時間 365日対応
#7119 つながらない場合は 06-6582-7119

小児救急電話相談 20時から翌朝8時まで 365日、看護師が対応
#8000 (携帯電話、プッシュ回線)



病院では症状の経過を伝えましょう

受診の際には、どのような症状がいつから出て、どのように変化したのか、どんな薬を使用したのか、などの経過を整理して医師に伝えましょう。事前にメモをとっておくと伝え忘れもなくスムーズです。吐いたものやウンチなどを携帯で撮影するか、オムツのウンチを持っていくのもお勧めです。(その際はしっかりと袋に密閉する)

★新型コロナウイルス感染が疑われる場合、まずは電話等で主治医にご相談ください。