

# 4

## 喘鳴(ぜんめい)が聞こえるとき

喘鳴(ぜんめい)とは、呼吸に伴って、ゼーゼー、ヒューヒューという音が聞こえる状態をいいます。これは、鼻から気管支への気道に分泌物や痰が溜まり狭くなっているときに聞こえます。

### 観察のポイント

- 喘鳴が聞こえる場合、音はどうか、首の付け根が息をするたびにへこむかどうか見てください。
- 熱があるか、咳が強いのか、息づかいや発汗、食欲などの様子も見てください。
- いつもはいびきをかかないのに、いびきをかいているかどうか観察してください。



熱、咳、発汗などの様子も観察

## こんな時はどうするの？

### しばらく様子を見ましょう

(診療時間中にお医者さんへ)

- 喘鳴が聞こえても、スヤスヤ眠っている

### 家庭でできること

- 水分の補給を十分にしておいて、部屋の湿度を高くします。室内に、洗濯物を干す、濡れたタオルをぶら下げるだけでも湿度はあがります。
- 痰などを出やすくするため、水分を少量ずつ頻りに飲ませ背中をさすったり軽くトントンとたたいたりしてあげると効果があります

### すぐお医者さんへ

- 喘鳴が強くなる時
- ゼーゼーや咳で横になって眠れないとき
- 乳児で、呼吸が苦しそうで、発熱をともなうとき



水分の補給と部屋の湿度を高くしましょう



背中をさす、トントンたたくことで痰などが出やすくなります