



市民病院だより

市報版

咳にもいろいろ ～咳の種類と対応、緊急性について～

国東市民病院小児科
半田 陽祐



今回はお子さんの咳についてお話ししましょう。

今日のポイント

- 夜間や休日、咳がでてでも眠ることができて、遊べる場合は 安静で可。
- 風邪薬で逆に悪化することもあり。
- 苦しい(顔色悪い、肩で息をしている)ならば医療機関へ!
- 咳が出やすい体質の子は置き薬を作るよう、主治医の先生に相談を!



◎こどもの咳は、浅く回数が多い◎

お子さんは大人と違い、痰やほりなどの異物を有効に排泄できるような「深い咳」をするのが苦手です。そのため、体はそれらを出そうとして咳をし続けるように命令を出すので、いわゆる「咳き込み」を起こしやすい特徴があります。

◎体を守る咳と、治療すべき咳◎

お子さんの咳の多くは、体の中に入ってくるほりなど「悪いもの」を外に出そうとする生理的な咳なので、熱がなく元気も良ければ治療の必要はありません。

「治療すべき(危険な)咳」とは呼吸が苦しくて眠れない、顔色が悪い、ぐったりして水分が摂れない(飲んででも咳き込んで吐く)など、生理的な咳ではみられない症状があるものと考えられます。気管支炎・肺炎・クループ症候群、また喘息などでみられます。

◎咳が出た時の対応◎

たとえ風邪(上気道炎)で咳があっても水分がある程度摂れ、夜眠れているようであればあわてて夜間に受診する必要はありません。喘息の診断を受けているお子さんは、明け方にかけて悪化することが多いので発作止めの吸入や内服、テープ剤などで早めの対策を行いましょう。より詳しい対応は外来で担当医に尋ねましょう。眠るときにいつもより頭を高くして、やや上体を起こすような姿勢をとらせてあげると眠りやすくなります。また、部屋の乾燥を防ぎ、クーラーの設定温度を低くしすぎないようにします。水分は少しずつこまめに与えましょう。咳が出たときに限りませんが、たばこの煙は大敵です。マスクは気道の乾燥を防ぐ効果もあり、出来ればお勧めします。もちろん手洗いうがいは重要です。

◎お薬を飲めば大丈夫?◎

風邪に伴う咳に対して咳止めは効果が乏しく、病原体の排泄を遅らせることがあります。咳とともにみられる鼻水への過度の鼻止めの使用も痰を粘っこくして、回復を妨げることがあります。症状が強く眠りづらい時など、あくまで症状を緩和する応急処置的な対応にすぎません。とにかくお薬を飲ませれば大丈夫、と過度に信頼するのは危険です。診察を受けて薬を処方された時は、担当医の説明を守って使ってください。気管支炎や肺炎、喘息など診断によって薬の種類もその重要性も変わってきます。夜間は行える検査も限られます。できるだけ余裕をもった受診を心がけ、適切なお薬の使用を行うことが大切です。