

観察する



落ち着いて、
しっかり
見ましょう

呼吸困難の徴候の有無

- ① 呼吸がはやい
- ② 走った後のように肩で息をする
- ③ 息を吸うときに胸がふくらまず、かえって肋骨の間や下、鎖骨の上、のどのがくぼむ
- ④ 息を吸う時に胸がくぼみ、お腹がふくらむ
- ⑤ 鼻の穴がヒクヒクする
- ⑥ 苦しくて横になれない
- ⑦ せき込んで止まらない



家庭でできること

- からだを起こしてコップ1~2杯の水を飲ませ、できるだけ大きく息を吸ったり吐いたりをくり返させる。
- 発作時に使う薬（飲み薬や吸入薬）があらかじめ出されていれば、それを医師に指示されたとおりに使う。