

お子さんが

新型コロナウイルス感染症にかかったら

お子さんの新型コロナウイルス感染症は、1～3日程度のかぜ症状ですむことがほとんどです。ただし、のどの痛みで水分が取れなかったり、下痢が続いたりして、脱水を起こすことがあります。 クループ症候群※1や熱性けいれん※2を伴うお子さんもいます。ここで紹介するポイントを参考にして、お子さんを定期的に見守ってください。

基礎疾患のあるお子さんは、まず、かかりつけ医に相談しましょう！

自宅で見守ってよい状態

熱が高く（38度以上）咳があっても、
①水分がとれる ②機嫌がよい
③遊べている ④顔色がいつも通り
の時は、自宅で様子が見守れます。

元気があるうちから、脱水にならないよう、少しずつ、こまめに水分をとるようになります！
(詳しくは、うらページ)



受診相談をしたほうがよい状態

受診相談は、かかりつけ医や担当保健所にしましょう

呼吸が苦しそう

肩で息をする、ゼイゼイ、咳で眠れない
座らないと息ができない、横になれない

呼吸が速い

1分間の呼吸回数が、0～1歳50回以上、
2～6歳40回以上、小学生30回以上

ケンケンと変な咳をする

胸の痛み、動悸、むくみがある

くり返し吐く、下痢が多い

半日以上おしっこが出ていない

生後3か月未満の赤ちゃんで38度以上の発熱が数時間以上続いている



救急車をよんだほうがよい状態

救急車をよぶ時は、新型コロナウイルスにかかっていることを伝えてください

けいれんが5分以上続く

手足を突っ張りかたくなる、ガクガクする
目が上や横を向いて視線が合わない

ぐったりする

よびかけに反応が悪い、返事をしない
顔色が明らかに悪い、くちびるが紫色



※1 クループ症候群

のどの奥が感染により腫れてしまうことで、声がかすれたり、
ケンケンというかん高い咳が出たりする病気です。ひどくなる
と息がしづらくなってしまう場合があります。クループ症候群
を疑う症状が出た場合は医療機関を受診しましょう。

※2 热性けいれん

お子さんが発熱した時におこる、けいれん発作です。多くの
場合は数分程度でおさまり、過剰な心配は不要ですが、脳炎
や髄膜炎など別の病気が隠れていないか判断する必要があるので、
けいれんした場合は医療機関を受診しましょう。

鳥取県ホームページも参考にしてください

「在宅療養中の皆様へ」

<https://www.pref.tottori.lg.jp/305262.htm>



【連絡先】東部にお住まいの方 鳥取市保健所 ☎0857-30-8538

中部にお住まいの方 倉吉保健所 ☎0858-23-3135

西部にお住まいの方 米子保健所 ☎0859-31-0029



新型コロナウイルス感染症にかかったら、

脱水の予防をしましよう

現在流行している新型コロナウイルス感染症では、発熱が長く続く、のどが痛くて水分や食事がとれない、吐き気・嘔吐、下痢を繰り返すなどによって、脱水症がおこりやすくなっています。

具合が悪くなる前から、こまめに水分をとりましょう！

何を飲ませるとよいですか。



水分をあげますが吐いてしまいます。



どんな時に、相談したらよいですか？



おすすめは、**経口補水液**です。

OS-I® アクトライト®など

塩分と糖分が入ったものがよいです。



経口補水液を嫌がる場合は、本人が食べられるもの、飲めるものでよいですよ。

みそ汁、リンゴジュースなど、少し薄めて、やさしい味にしてあげると飲みやすくなります。

少しづつこまめにあげましょう。

一度にたくさん与えると、吐いてしまうことがあります。

スプーンなどで少しづつあげましょう。

時間はかかりますが、スプーンひとつさじずつだと吐きにくいでしょ。

やわらかいゼリーを少しづつあげるのもよいでしょう。



- ✓ **水分が全くとれず元気がない**
- ✓ **半日以上おしっこが出ていない**
- ✓ **口の中がかわいでいる**

こんな時はかかりつけ医や保健所に相談しましょう！

- 飲んだり食べたりできるうちから、こまめに水分摂取をすることで、子どもが受診したり、入院したりしなくてすむ可能性が高くなります。
- 経口補水液による水分補給により、点滴と同等の効果が得られるという報告が複数あります。万一に備えて、用意しておくとよいでしょう。