



大分こども病院 にこにこニュース

2026・9月号 (No.437)

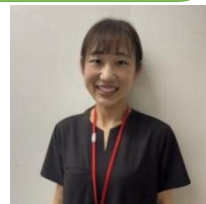
〒870-0943 大分県大分市片島 83-7

<https://www.oita-kodomo.jp/>

(代表) TEL097-567-0050



知っておきたい こどもの喘息



医師：吉村 夢

喘息は、呼吸をするときの空気の通り道（気道）が狭くなり呼吸が苦しくなる状態（喘息発作）を繰り返す病気です。喘息の人の気道は、慢性的な炎症があるために刺激に対して過敏な状態になります。ちょっとした刺激にも敏感に反応してしまい、喘息発作を繰り返します。

・喘息発作のきっかけ

タバコの煙、ダニなどのアレルゲン（アレルギーの原因物質）、カゼや天候などいろいろなことが刺激になって、喘息発作が起こってしまいます。

・何度もヒューヒュー、ゼーゼーするのは喘息か？

ヒューヒュー、ゼーゼー（喘鳴）を繰り返す、カゼをひいた後に咳が長引くときは喘息の症状かもしれません。夜中から明け方に悪化しやすい、運動するとゼーゼーする、ほこりや煙で咳が出やすいなどの特徴もあります。症状が治まっても、一度医療機関を受診するようにしましょう。

・喘息の治療とは

気道の炎症を鎮めてくれる吸入ステロイド薬などの長期管理薬を使用します。また、発作時には気管支拡張薬やステロイド内服薬などを使用します。長期管理薬は予防的に苦しくないときも続けて使用するもので、喘息の重症度により異なります。**症状がない時も自己判断で薬を中止せず**、定期的に受診して治療を続けましょう。

・日常生活で気をつける事は？

日常生活に潜む発作が起こる原因や悪化因子への対策を立てることが重要です。タバコや花火、線香の煙を避けるようにして下さい。ダニの対策のために掃除機がけと寝具の手入れを行いましょう。症状が落ち着いているときは適度な運動をしても構いません。空気が冷たく乾燥しているときは加湿を行い発作を予防するようにしましょう。

・急いで受診すべきタイミングは？

息を吸うときに喉や肋骨の間などがはっきりと凹む、話すのが苦しい、眠れない、不機嫌、顔色不良などの症状があるときは、無理せず早めに医療機関を受診しましょう。

出典：『おしえて 先生！子どものぜん息ハンドブック』 独立行政法人 環境再生保全機構

～診療時間変更のご案内～

9月1日（火）から午後の診療開始時刻が変わります。

午前 9：00～12：00

午後 14：00～18：00（月～土）

乳児健診・予防接種

水曜日 14：00～17：00 ※予約制

☆休診日：日曜・祝祭日・年末年始

ただし急患の方はこの限りではありません

お電話なしで来院ください

☆付き添いについてのお願い☆

当院では感染拡大防止対策として、入院患者様の付添いや時間外の面会を制限させていただいており、また外来診察は、

『患者さま1名につき、付添い1名のみ』

とお願いしています。付添いがお一人で難しい場合は、スタッフにご相談ください。

ご理解の上、ご協力をお願いいたします。

子どもの頭部打撲：受診の判断基準ガイド



受傷後の経過観察（24～48 時間）

24 時間～48 時間は慎重に様子をみる

受傷直後は元気でも、後から症状が出ることもあるため、2 日間程度は注意深く観察を続けます。

たんこぶの処置

たんこぶは 4～5 日で自然に小さくなります。氷や保冷剤などで冷やすことも有効ですが、嫌がる場合は無理に冷やさなくてもよいです。

↓ 以下の症状があれば受診を検討



**緊急受診を
救急車で受診を検討**



意識がない・反応が乏しい
ぐったりして反応がない、呼びかけてもぼんやりしている、名前に反応がない



けいれん・麻痺
意識があっても左右の動きが明らかに違う場合も該当します。



呼吸の乱れ
呼吸が不規則だったり、苦しそうにしている。



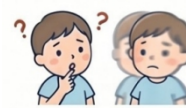
**時間外でも早めに
受診が必要**



脳神経系の異常な徴候
瞳孔の大きさが左右で違う、鼻や耳からサラサラした出血がある



繰り返す嘔吐や激しい頭痛
何度も繰り返して嘔吐する、耐え難い頭痛がある



視界の異常
ものが二重に見える
ぼんやりして見えにくい



傾眠がち、明らかな不機嫌
ずっと寝ている、強い眠気が続く、不機嫌でぐずりが激しい



**診療時間内の
受診でよい**



全身状態が安定している
いつも通り泣き、手足を左右差なく動かしている



1～2 回の嘔吐
反復がなく、吐いた後は普段通りに過ごしている



←こちらからも情報をチェック
教えて！ドクター
「頭をぶつけた」

コーン蒸しパン



（材料 5 個分）

- ・ホットケーキミックス 100g
- ・プレーンヨーグルト 50g
- ・砂糖 大さじ 1
- ・サラダ油（またはお好みの油） 小さじ 1/2
- ・コーンスープの素（粉末） 5g
- ・冷凍コーン 30g

まぜて丸めるだけ！お子さんと一緒に楽しく作れる、モチモチ蒸しパンです。おやつや朝ごはんにどうぞ♪



【作り方】

- ①ボウルにすべての材料を入れ、粉っぽさがなくなるまでしっかりと混ぜ合わせる。
- ②生地を 5 等分にして丸め、小さく切ったクッキングシートの上にそれぞれ並べる。
- ③蒸気の上がった蒸し器に②を並べ入れ、中火で約 20 分蒸す。
※蒸し器がない場合（フライパンで代用）
フライパンに 1～2cm ほどの水を入れ、沸騰させて、下敷き用の耐熱皿を底面が上（逆さま）になるように置く。その上に耐熱皿をのせ、②を並べてフタをし、中火で約 20 分蒸す。
- ④竹串を刺して、生の生地がついてこなければ、完成！