

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遊んでいる 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**ようにしましょう！  
（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 熱性けいれん  
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りますので、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



鳥取県 鳥取県小児科医会



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ょう

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。



おすすめは、**経口補水液**です。

OS-1® 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。

水分をあげますが吐いてしまいます。



**少しずつこまめに**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**などで少しずつあげましょう。

時間はかかりますが、スプーンひとさじずつだと吐きにくいです。

やわらかいゼリーを少しずつあげるのもよいでしょう。

どんな時に、相談したらよいですか？



- ✓ **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**
- ✓ **口の中がかわいている**

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。