

練馬区夜間救急こどもクリニックのご案内

■場所

練馬区役所東庁舎2階

練馬区豊玉北6-12-1

予約用 ☎050-5810-4682

問合せ用 ☎03-3994-2238

■診療日・受付時間

月曜～金曜（祝休日・年末年始を除く）

午後8時～午後10時30分

日曜・祝休日・土曜・年末年始

午後6時～午後9時30分

※昼間の診療については下記の休日急患診療所案内参照

■診療科目

小児科

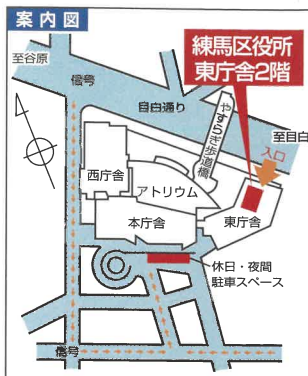
（必ず小児科医師が診療します）

■対象

15歳以下の子ども

●入院が必要な場合等は、連携病院に受入れを依頼します。

●受診の際は、保険証（乳）・（子）医療証などをお持ちください。



こどもクリニック通信

“子どものぜんそく発作”ってなに？



急病のときのその他の診療所

練馬休日急患診療所

内科・小児科

練馬区豊玉北6-12-1 練馬区役所東庁舎2階

予約用 ☎050-5810-4682

問合せ用 ☎03-3994-2238

受付時間 共通	日曜・祝休日・年末年始	午後 6 時～午後 9 時 30 分
	土 曜	午後 6 時～午後 9 時 30 分

相談窓口 (東京都)	東京都医療機関案内サービス「ひまわり」	☎5272-0303 (24時間対応)
	東京消防庁救急相談センター #7119	☎3212-2323 (24時間対応)
	東京都「子供の健康相談室」(小児救急相談)	☎5285-8898
	☎プッシュ回線固定電話 #8000	(平日：午後6時～翌朝8時) (土・日・祝：午前8時～翌朝8時)

かかりつけ医の
案内など

練馬区医師会 医療連携・在宅医療サポートセンター

☎3997-0121 (平日：午前9時～午後5時、土：午前9時～正午)

石神井休日急患診療所

内科・小児科

練馬区石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階

予約用 ☎050-5526-1262

問合せ用 ☎03-3996-3404

午前 10 時～午前 11 時 30 分	午後 1 時～午後 4 時 30 分
午後 6 時～午後 9 時 30 分	午後 6 時～午後 9 時 30 分

お子さんの様子がおかしい時は早めにかかりつけの小児科へ、
また夜間の救急の場合には、「練馬区夜間救急こどもクリニック」へ
(ご案内は裏)

練馬区・練馬区医師会

子どものぜんそく発作ってなに？

咳が激しく、
ヒューヒュー、
ゼイゼイし
息が苦しそう



喘息はどんな病気？

気管支が過敏なために風邪やダニ、天候、運動などをきっかけに気道が炎症を起こし、そのため気管支が細くなりヒューヒュー、ゼイゼイといった喘鳴（ぜんめい）と咳と痰がみられます。喘息で一番困るのは気管が細くなるため空気が入りにくくなり、息が苦しくなる呼吸困難が起きることです。

どんな症状？

咳、痰、喘鳴の強さに関係しますが、呼吸困難の程度が大事です。喘息発作の程度は**小発作**、**中発作**、**大発作**に分かれます。中発作は呼吸困難もあるものの横になれるものをいいます。大発作になると喘鳴も呼吸困難も強くなり、横になれず、起きあがって小鼻をぴくぴくさせ肩で呼吸するようになり、時には唇が紫色になります。



喘息発作の対処法

小発作

水分を摂り、ゆっくり息をさせ、かかりつけ医にもらった発作時の頓服や吸入を行います。

中発作

小発作と同じ処置を行うが、呼吸困難がとれなければ病院で受診しましょう。

大発作

すぐに受診することをお勧めします。特に唇が紫色で、興奮状態になったり逆に意識がトトロ口するようなら大変危険な状態です。

ふだんの生活で注意すること

- 1 ダニを取り除くために、**お部屋の掃除をきちんとしましょう**。お子さんの喘息の多くは、ダニが原因になっていることがわかっています。
- 2 風邪をひくと喘息は悪くなります。うちに帰ったら**手洗いやうがい**をしましょう。
- 3 ペットはなるべく飼わないようにしましょう。毛、羽、尿などはアレルギーの原因となることがあります。
- 4 **部屋の温度はなるべく一定に保つよう**にしましょう。急激な温度の変化は、喘息を悪くします。
- 5 運動会や遠足があるときには、**学校の先生と医師に相談**しましょう。
- 6 発作を予防する治療が大切です。**かかりつけ医に相談して、内服薬や吸入薬による治療を検討**しましょう。