

急性増悪について

① 発熱

- ・ 38℃以上→すぐに受診すべき
- ・ 37℃台→カゼ気味で微熱の場合は息切れや痰の増強にあわせて受診を

② 息切れの増強

- ・ 息ができなくなるような感じ
- ・ 胸がいつもよりゼイゼイ、ヒューヒューいう時



③ せきの増強

- ・ いつもより回数が多い時
- ・ いつもよりせきが強い時

④ 痰の増加、性質の変化

痰の増加

ウイルス感染・気管に刺激が加わる → 痰の増加 → 細菌感染の危険性

痰の切れ具合

痰の切れが悪くなった時にも注意を

- ・ 気管にウイルスや細菌感染による炎症が起こっている
- ・ 喘息症状があつて気管が細くなつてしまっている

痰の色

透明 → 白色 → 黄色 → 緑濃色
感染 良 悪

※ 血痰：痰の中に血液が混入する場合、急に多量の血液が混じった場合には注意を

⑤ 足のむくみ

- ・ くるぶし
- ・ 膝より下の硬い部を押して大きくへこむ → むくみ

※ 急なむくみと強い息切れがある時

心不全（心臓の働きの低下）が疑われる

⑥ 急激な体重増加

1～2日のうちに急に2～3kgに体重が増えるのは、心不全の徴候の可能性がある

⑦ 尿量の減少

- ・ 尿量の減少は心不全の可能性がある

⑧ **脈拍が速い**

- ・ じっとしている時に脈拍が速い、動悸が強い場合には注意する
- ※ 普段の生活において 安静時の脈拍数を知っておくと判断しやすい

⑨ **食欲低下**

- ・ 急に具合が悪くなったときにみられる症状である

⑩ **その他**

- ・ 頭がボーっとする
- ・ 昼間も眠い
- ・ 頭痛がある
- ・ 物が見えにくい
- ・ 気分が落ち着かない
- ・ 集中力がない



血液中の

- ・ 二酸化炭素の増加
- ・ 酸素不足が疑われる



⑪ **胸の痛み**

- ・ 急に胸が痛くなる場合 → 肺の血管がつまる肺血栓・塞栓症
肺がパンクした気胸 の可能性がある
- ・ 左の胸や肩が急に痛くなる場合 → 心臓の病気である狭心症や心筋梗塞の疑いがある

救急の際には …

※ 急に息切れや胸痛が起こった時には注意を!!!

→ パニック状態にならないためには。

息切れが強くなった場合

- ① 騒がずに気持ちを落ち着かせる
- ② 座るか、立って壁などに前向きに少し身体をもたれかける
- ③ **口すぼめ呼吸**を行い、リラックスする

喘息症状がある場合

喘鳴などでは、気管支拡張薬の吸入を決められた通りに実施する