

## 育児相談サービス ご相談事例（5）

Q. 1日1回もどしています。寝る前と寝付く頃に、ゼロゼロと湿り気のあるような咳が出ます。気のせいか、咳の後に「もどす」ようです。

・事例： やました ゆきのちゃん（仮名） 3歳のお母様からご相談

3歳の女の子です。月曜日から、1日1回もどしています。今日も朝から2回もどし、昼寝から起きた後にもまたもどしました。下痢はしていませんが、食欲が無く、消化の良いものが良いかと思いおかゆを作りましたが、一口食べただけです。育児書かなんかで、ポカリスエットがいい様に書いていたと思い出し飲ませようと思いますが、飲ませても大丈夫でしょうか？

また、寝る前と寝付く頃に、ゼロゼロと湿り気のあるような咳が出ます。気のせいか、咳の後に「もどす」ようです。幼稚園も休んでいます。私が捻挫してして動けないので、熱もないし幼稚園には行かせたいのですが、もどすとかわいそうかな、とも思います。私の捻挫も何か関係しているのでしょうか。



回答：（看護師がお聞きいたしました。）

お母様も捻挫されて大変なときに、お子さんのことでもご心配でしょう。寝付く頃に咳が出るようですね。

お聞きした様子ですと、もどすのは咳が引き金になっているのかもしれませんが。お子さんの場合、気管支の炎症が無くても、大人のように意識して痰を上手く出せないで、痰を出す反応として咳が出ることもあります。寝付く頃に咳が出るのは、蒲団に入ることから体が暖まる、気道の分泌液が増え、痰の量が増えることも原因のひとつです。咳が止まらず苦しそうでしたら、背中を軽く叩いたりさすってあげたりすると楽になると思います。寝かせる時も、横向きに寝かせてあげる方が、上向きに寝かせるよりも楽だと思います。咳の後「もどす」のは、喉の反射によるものです。指を喉の奥に入れると「おえっ」となりますね。あの状態です。吐き気があるわけではありませんので薬も、「吐き気止め」より「痰を切れやすく」する薬の方が効果はあるでしょう。十分な水分と、消化の良い食べ物を少しずつ分けて食べさせてあげましょう。

お母様の捻挫ですが、お子様がもどすことの直接誘因ではないと思います。咳の原因は、気管支の炎症も考えられますので、小児科の先生にご相談なさってはいかがでしょうか。

