

呼吸が苦しい（大人）

主な 症状

「息が苦しい」

「呼吸が苦しい」

「息苦しい」

「息が荒い」

「肩で息をしている」

「息ができない」 など

赤

- ☐ 急に息苦しくなった。
- ☐ 胸の痛みがある。
- ☐ 泡のようなピンク色、または、白い痰がたくさん出る。
- ☐ しばらく（数時間程度）今の状態が続いている。
- ☐ 以前に肺梗塞（エコノミークラス/ロングフライト症候群、深部静脈血栓症、下肢静脈血栓症など）、または、気胸、自然気胸、慢性呼吸不全と言われたことがある。
- ☐ ぜんそくと言われたことがあり、ぜんそくの薬が効かなかったことがある。
- ☐ 何か変なものを吸い込んだ。または、吐いた後や、むせた後から息苦しくなった。
- ☐ 横になると息苦しい。または、苦しくて座らないと息ができない。

いいえ

はい

119

黄

- ☐ 深呼吸することができない。内科系
- ☐ 最近けがをした。または、手術を受けたことがある。内科系
- ☐ (女性のみ) 最近、出産した。または、妊娠の可能性がある。
または、妊娠している。内科系
- ☐ アレルギーがある。内科系
- ☐ せき、または、黄色や緑色の痰(たん)が出ている。内科系
- ☐ 熱がある。内科系

いいえ

はい

- ☐ 65歳以上である
- ☐ 歩けない

はい

119

いいえ

今すぐ受診

緑

- ☐ 指や顔がしびれたり、ピリピリしたりする。内科系
- ☐ 最近ストレスが多い。内科系
- ☐ かぜのような症状(発熱・寒気・頭痛・せき・鼻水など)がある。内科系
- ☐ 鼻づまりがある。内科系

いいえ

はい

- ☐ 65歳以上である
- ☐ 歩けない

はい

今すぐ受診

いいえ

当日又は翌日の
通常時間に受診



すべての項目に該当しない場合

継続的に様子をみて、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、他の症状が出現した場合は、医療機関の受診を考慮してください。