

救急 こどもの ハンドブック



たかまつ
すくすく
ダイアリー
(電子母子健康手帳)



子育て
ハンド
ブック



たかまつ
父親手帳

子どもの
健やかな 成長と
子育て家庭の支援のために



救急車を呼ぶとき



局番なしの**119**をダイヤル

問いかけに落ち着いて答えましょう

- ◆「救急です」と伝える ◆住所(場所)を伝える
- ◆こどもの名前・年齢、「いつ、どこで、どうしたか」の状況
(持病がある場合は、その病名とかかりつけの医療機関も)
- ◆氏名と電話番号を伝える



普段、何気なく使用している自宅の電話番号でさえ、とっさに言えないケースがあります
電話の近くに自宅の「住所・電話番号」をメモしておくなどの工夫をしてみましょう!

◎住 所

◎電話番号

◎目標となる建物など



持っていくもの

- ☐ 保険証(あれば子ども医療証)
- ☐ 母子健康手帳
- ☐ お金
- ☐ 飲んでいる薬や薬の名前がわかるもの(お薬手帳など)
- ☐ 入院せずに帰ることもあるので、こどもの靴

★着替えやオムツ、お気に入りのおもちゃなどを持っていくと便利です



病院に行く前に

- ☐ 家を出る前に火元の確認
- ☐ 戸締りを忘れずに



もくじ



救急医療のしくみ	2
救急受診の目安・判断チェックリスト	4
1. 発 熱	6
2. けいれん	8
3. せ き	10
4. お う 吐	11
5. 下 痢	12
6. 腹 痛	14
7. 耳を痛がる	16
8. や け ど	17
9. け が	
(1) 頭を打った	18
(2) 鼻 血	19
(3) 口の中のけが	20
(4) すり傷・切り傷への対処	22
10. アレルギー(アナフィラキシー含む)	23
11. 発 疹	24
12. 誤 飲	26
13. お薬の使い方のコツ	28
14. こどもの事故防止と安全	30
15. 意識がないとき	32



救急医療のしくみ

昼間

月曜日
～
土曜日

◆かかりつけ医・歯科医・薬局等

※診療時間は、各医療機関等にお問い合わせください

◆休日当番医・休日当番薬局

【診療時間等】 9:00～18:00

医師会や薬剤師会の協力により、当番制で診察等を行っています

※診療時間は医療機関等によって異なりますので、
事前にご確認ください

※当日の新聞、広報たかまつ(1日号)、
ホームページ「医療ネットさぬき」で
確認できます

日曜日
祝日

◆高松市歯科医師会 高松市歯科救急医療センター

【診療時間】 9:00～12:00/13:00～16:00

※年末年始(12/30～1/3) 9:00～12:00

※お盆(8/13・14・15) 9:00～12:00/13:00～16:00

【所在地】 高松市福岡町三丁目 36-23 ☎ 087-851-1167

医療機関等

夜間

子どもの急な病気に困ったら、まず

☎小児救急電話相談

受付時間：毎日 19:00～翌朝 8:00

8 0 0 0

◆高松市夜間急病診療所

※急病患者に対する
応急的な診療

【診療時間】 19:30～23:30

【診療科目】 内科・小児科(毎日)
耳鼻咽喉科(木曜日)
眼科(土曜日)

【所在地】 高松市松島町一丁目 16-20
(高松市こども未来館南側)

☎ 087-839-2299 FAX:087-839-2298

◆高松市薬剤師会 会営薬局松島

【開局時間】 平日 10:00～23:30 土・日・祝 19:30～23:30

【所在地】 高松市松島町一丁目 16-20 (高松市こども未来館南側)

☎ 087-863-6003 FAX:087-863-6004

◆高松市歯科医師会 高松市歯科救急医療センター

【診療時間】 月～土曜日 19:30～22:00

※祝日及び年末年始は休診

【所在地】 高松市福岡町三丁目 36-23

☎ 087-851-1167

香川県 救急電話相談

◆小児〔15歳未満〕

☎ #8000 又は
087-823-1588

◆一般〔15歳以上〕

☎ 087-812-1055

看護師等が相談に
応じ、医療機関へ
受診する必要がある
かどうかアドバイ
スします

※電話が混み合ってつ
ながりにくい場合もあ
りますが、あらかじめ
ご了承ください

救命救急

症状が重く、すぐに救急車が必要な場合は、



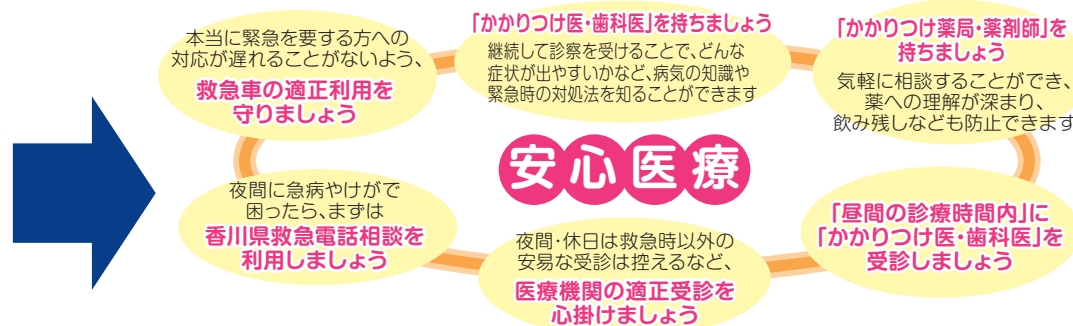
『119番』へ通報してください



地域医療を守るために私たちにできること

休日や夜間において、軽症の患者さんの救急医療への受診が増加し、緊急性の高い重症の患者さんの治療に支障をきたすケースが発生しており、そのことが病院勤務医の負担が過重となる原因のひとつにもなっています

医療機関・薬局を受診等する際には、次のことに留意しましょう





救急受診の目安 ・判断チェックリスト

(日本小児科医会・小児救急医療委員会作成・高松市において一部改編)

「いつもと違う場合」が救急受診の目安です！

外 観

- ☐ 視線が合わないときがある・目つきがおかしい
- ☐ 無表情であやしても笑わない
(好きなおもちゃなどにも興味を示さない)
- ☐ 機嫌が悪く、何をしても機嫌が良くならない
- ☐ グッタリしている・何をしても反応が乏しい・悪い
- ☐ 泣き方が弱い・苦しそうに泣く・呼びかけに反応しない・しゃべらない

呼 吸

- ☐ 呼吸が苦しそう！
 - ▶ゼーゼー言って横になれない(横になって眠れない)
 - ▶呼吸のたびに肩があがる
 - ▶小鼻がヒクヒクしている
 - ▶呼吸のたびに胸がペコペコ凹む
 - ▶呼吸が苦しくてしゃべれない
 - ▶せき込んで何度も吐く
 - ▶呼吸が苦しく水分もとれない

循 環

- ☐ 顔が白い(赤味がない)・青い
- ☐ 手足がいつもと違って異様に冷たい、赤味がなく白い
- ☐ 皮膚が大理石紋様みたいにまだら色をしている
- ☐ チアノーゼが顔などにある ☐ 冷や汗をかいている



その他

- ☐ 頭を強く打った！
 - ▶すぐ泣かなかった
 - ▶何回も吐く
 - ▶意識がもうろうとする
 - ▶打撲部がブヨブヨしている
 - ▶血が止まらないほど切れている
 - ▶けいれんが起こった
- ☐ 手足を強く打った！
 - ▶はれている
 - ▶動かさない
 - ▶変形している
- ☐ 腹部を強く打った！
 - ▶吐き出した
 - ▶顔色が悪くなった
- ☐ ミルク(水分)を受けつけない(飲めない)
- ☐ 尿量が極端に少ない
- ☐ 頻回におう吐する
- ☐ やけどした(*軽そうでも)



救急車を呼ぶべき症状

- ☐ どんなに刺激しても反応が鈍い・反応がない
- ☐ けいれんが5分以上続く
- ☐ 意味不明の言動があり、異様に興奮している
- ☐ 呼吸が止まりそう・無呼吸(15秒以上)がある
- ☐ 呼吸していない・呼吸ができない
- ☐ 全身真っ青になっている

★もっと詳しい症状別の目安につきましては、次のページ以降をご覧ください
★迷うときには「#8000」や小児科学会の「こどもの救急」ホームページなどを利用しましょう！

こどもの救急ホームページ



<http://kodomo-qq.jp/> (監修：厚生労働省研究班／公益社団法人日本小児科学会)



上記症状のどれかの症状を認めたら、
時間構わず救急受診しましょう！



1. 発熱(38℃以上)

生後3ヵ月
未満

生後3ヵ月～

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ 元気がなく、ぐったりしている
- ☐ とろとろと寝てしまう
- ☐ おしっこが半日くらい出ない
- ☐ 水分をとるのを嫌がる



1つでも
「はい」がある

すぐに受診

- ☐ 水分や食事がとれている
- ☐ 機嫌が良い
- ☐ 顔色が良い
- ☐ 熱があっても夜は眠れる
- ☐ 発熱以外の重い症状がない



通常の診療時間内
に受診

..... ただし症状が大きく変わったら、.....
すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆熱の出始めは寒気がするので温かく、熱が出きったら涼しく、衣服や布団を調節
- ◆水分補給をこまめに
- ◆汗をかいたときは、こまめに着替えを
- ◆熱があっても元気そうなら、解熱剤を使うのは控える
- ◆こどもが気持ち良さそうなら、氷枕などで冷やして



コラム

～ かぜと熱中症 ～

夏はかぜの流行期であり、また熱中症の多発時期でもあります

2つを区別することは難しい場合がありますが、一般には

- 口や鼻の中が乾いていない(脱水がない)
- 熱があっても自分で飲んだり食べたりでき、元気で遊んでいる
- 鼻水やせきなど、かぜを思わせる症状がある

以上のときは「かぜ」であることが多いと思われます

かぜであっても熱中症であっても、呼びかけに対する反応が悪く、自分で水分がとれない場合は、至急医療機関を受診してください





2. けいれん

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ けいれんが5分以上続く
- ☐ けいれんが止まっても意識がはっきりしない(視線が合わない、お父さん・お母さんがわからない)
- ☐ 何度も繰り返しけいれんが起こる
- ☐ 唇の色が紫色で、呼吸が弱い

1つでも「はい」がある



救急車を呼ぶ！

- ☐ はじめてのけいれん
- ☐ けいれん時、体温が38℃以下であった
- ☐ 生後6ヵ月未満あるいは6歳以上
- ☐ けいれんが左右対称でない
- ☐ 吐いたり、おもらしをしたりする
- ☐ 最近、頭を激しくぶつけた



すぐに受診

ただし症状が大きく変わったら、すぐに医療機関へ

- ☐ 2度目のけいれんで様子がわかっているとき
- ☐ けいれんかどうか、はっきりしないとき(寒気の震えは意識があり、呼ぶと返事がある)
- ☐ 大泣きしてのけいれんで、すぐ普通の状態に戻る



通常の診療時間内に受診

家庭での対応

- ◆ つい気が動転してしまいがちですが、あわてずにしっかり様子を観察しましょう
- ◆ 吐く場合があるので、顔を横に向け、衣服をゆるめる
- ◆ 体を揺すったり、叩いたりしないように
- ◆ 口の中に指や物を入れてはいけません(舌をかむことはまずありません)



その震えは、けいれん？悪寒？

一般的に「けいれん」とは、体全体や体の一部が、つっぱったり、ピクピクしたり、脱力する状態のことです

ここでは、さらに眼球が上を向いたり焦点が合わなくなり、意識がなくなり、息も一時的に止まり、顔色が悪くなるような状態を想定しています

一方、体が小刻みに震えているものの、意識もあり、息もしていて、顔色も悪くなければ、それは「悪寒」でしょう



観察のポイント（医師に伝えること）

- けいれんが何分続いたか時間を計りましょう
- 体の様子を観察しましょう
 - ▶ 手足の動きは？左右対称ですか？
 - ▶ 目は開いていますか？瞳の位置はどこですか？
 - ▶ 顔・唇の色は？
- 体温を測りましょう
- 呼んで反応しますか？
- けいれんが治まって、泣きましたか？眠りましたか？





3. せき

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ 声がかすれ、犬の遠吠えやオットセイの鳴き声のようにせき込む
- ☐ 息苦しそうである
- ☐ 口の周りや唇が紫色になる
- ☐ 呼吸がはやい
- ☐ ゼーゼー、ヒューヒューいう
- ☐ 水分をとりたがらない
- ☐ グッタリしている、又は興奮状態

- ☐ せきで吐いたり、たんがからむが機嫌は良い
- ☐ せきは続くが元気がある



1つでも「はい」がある



すぐに受診

通常の診療時間内に受診

ただし症状が大きく変わったら、すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆数分前まで何ともなかったのに、いきなり急な呼吸困難が出てきた場合は、異物を飲み込んだことを疑う
- ◆たんが切れやすいように、のどに刺激の少ない水分を少しずつ飲ませる
- ◆昼間に比べて夜にひどくなることが多いので、夕方遅くならないうちに早めに受診



4. おう吐

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ 下痢をともない何度も繰り返す
- ☐ 吐いた物に血液や胆汁（緑色）が混じっている
- ☐ 何回も吐いた後、コーヒークサのような色や黄色の胃液になった
- ☐ おしっこが少なく唇や口の中が乾いていて、泣いても涙があまり出ない
- ☐ 元気がない、ぐったりしている
- ☐ 強く頭を打ったあと
- ☐ 激しい頭痛を訴える
- ☐ お腹が張っている
- ☐ 我慢できないほどの腹痛を伴う（赤ちゃんの場合不機嫌で泣き続ける）

- ☐ 吐き気がおさまった後、水分が飲める（吐いた後は2～3時間程は何も飲まずに胃を休ませる）
- ☐ 下痢、発熱などがなく、機嫌が良い



1つでも「はい」がある



すぐに受診

通常の診療時間内に受診

ただし症状が大きく変わったら、すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆吐きそうなときは顔が下に向くよう前かがみの姿勢を取るようにしましょう
- ◆寝ているときは吐いた物でのどに詰まらないよう体を横向きにしましょう





5. 下痢

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ 38℃以上の発熱や
繰り返しおう吐がある
- ☐ 便の色がおかしい
(海苔のように黒い、
血液が混じっている)
- ☐ おしっこが少なく唇や
口の中が乾いていて、
泣いても涙があまり出ない
- ☐ 元気がない、ぐったりしている
- ☐ 水様便が1日6回以上
- ☐ 我慢できないほどの
腹痛を伴う(赤ちゃんの場
合不機嫌で泣き続ける)

1つでも「はい」がある



すぐに受診

- ☐ 下痢の回数は1日5回以内
で、おしっこが普段どおり
出ている
- ☐ 食欲がいつもと変わらず、
水分がとれている



通常の診療時間内
に受診

ただし症状が大きく変わったら、
すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆おしりがかぶれないようにシャワーなどで洗って、しっかり乾い
てから下着やおむつをつけるようにしましょう
- ◆いつもと違う便のときは診断に役立つときがあるので、おむつ
や下着ごとビニール袋に入れて受診のときに持参してください



おう吐・下痢の観察のポイント(医師に伝えること)

■吐いた物や便の状態を観察しましょう

- ▶ いつから？
- ▶ 何回くらい？
- ▶ どのくらいの量？
- ▶ 色やにおいは？血液が混じっている？

■周囲に同じような症状の人はいますか？

■症状が出る前に火の通りの悪い物を食べていませんか？



コラム

～胃腸炎のときの経口補水療法と食事～

経口補水療法とは中等症までの脱水のお子様には非常に有効な家庭でできる治療法です

具体的にはおう吐や下痢を認めたら、最初の3～4時間以内に経口補水液を体重1kgあたり50ml～100ml(例えば10kgの子だと500ml～1000ml)を与えます

経口補水液は市販の物のほかに、水1Lに砂糖20～40gと食塩3gを溶かして自宅で作ることもできます

一気に飲むと逆に吐いてしまうので最初は5ml程度(ティースプーンやペットボトルのキャップ1杯程度)を5分ごとに与えます

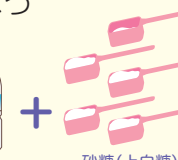
吐かずに飲めるようなら少しずつ量を増やしていきましょう

水分が取れるようになったらなるべく早くいつも食べている食事を再開するようにしましょう

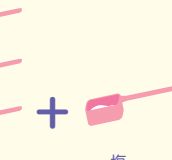
水1Lに砂糖40g
と食塩3gを
溶かして作る場合



水1リットル



砂糖(上白糖)
大さじ4と2分の1



塩
小さじ2分の1



6. 腹痛

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ 血便が見られる
- ☐ おまた（陰のう、股のつけね）を痛がる・はれている
- ☐ お腹をぶつけた、もしくは打った後
- ☐ お腹がパンパンにふくらんでいる
- ☐我慢できない痛み、だんだん強くなる痛み、触るだけでも痛い
- ☐ 激しく泣いたり泣き止んだりを繰り返している
- ☐ ぐったりしている

1つでも「はい」がある



すぐに受診

- ☐ 数日、便が出ていない
- ☐ おへその周りを痛がる
- ☐ がまんできる程度の痛み
- ☐ うんちをしたら痛みがやわらいた



通常の診療時間内に受診

ただし症状が大きく変わったら、すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆排便するだけで落ち着くこともあるので、トイレに行かせてみましょう
- ◆お腹に「の」の字を書くようにマッサージをしてあげると楽になることがあります



観察のポイント（医師に伝えること）

■痛みの性状を確認しましょう

- ▶ いつから？
- ▶ どのあたりが痛い？
- ▶ 間隔をおいて？ずっと？

■おむつやパンツの中に原因が隠れていることも

- ▶ 陰のうや股のつけねがはれたり、色が変わっていませんか？
- ▶ 下痢や血便をしていませんか？

■最後にうんちをしたのはいつ？



コラム

～便秘について～

こどもの平均的な便の回数は

- ◆乳児 3回/日（母乳栄養）、2回/日（人工乳栄養）
- ◆1～2歳 1～2回/日
- ◆3歳～ 1回/日

便秘のときは便の回数が2回/週以下であったり、排便時に痛みを伴ったり、硬くて大きな便が出たりします

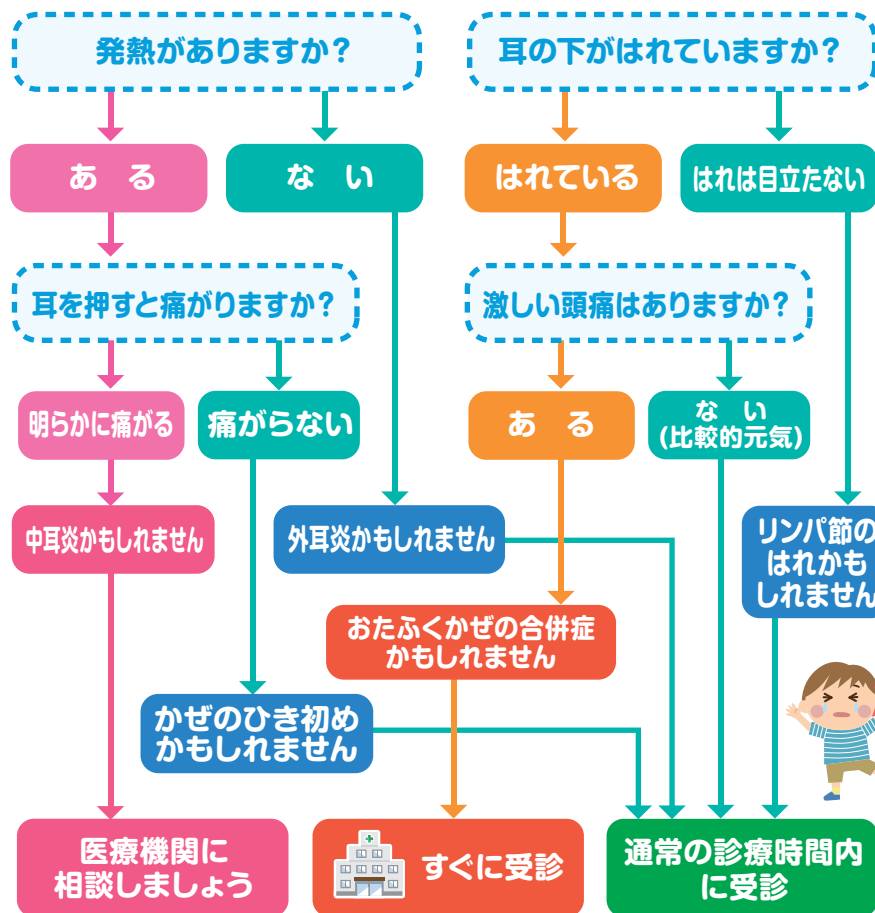
また、毎日排便があっても硬い便が少ししか出ていないときは便秘になっていることもあります

便秘はとくに母乳から人工乳へ変更したときや離乳食への移行期、トイレトレーニングの時期、小学校への通学開始時期などに起こりやすいとされています

食物繊維の多い食品（イモ類、キノコ類、豆類、海藻類など）を食事に取り入れるようにしましょう



7. 耳を痛がる



家庭での対応

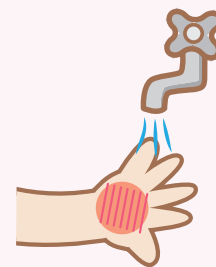
- ◆痛みをやわらげるために、解熱鎮痛剤の使用も有効です



8. やけど

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ こどもの手のひらより広い範囲のやけど
- ☐ 水ぶくれができています
- ☐ やけど部分が黒く、又は白くなっている
- ☐ 関節や手のひら、顔をやけどした
- ☐ ホットカーペットや使い捨てカイロで皮膚が赤くなった(低温やけど)
- ☐ やけどの程度が重いかわからない



1つでも「はい」がある

1つも「はい」がない

(冷やしてから)
すぐに受診

通常の診療時間内
に受診

ただし症状が大きく変わったら、
すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆すぐに患部を流水で20～30分以上冷やしましょう
服の上からやけどをした場合は、無理に脱がせずそのまま冷やします
また、広範囲のやけどの場合はぬらしたシートで全身を覆い、シャワーをかけて冷やします





9. けが

(1) 頭を打った

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ 意識がはっきりしない
- ☐ 呼びかけに対する反応が鈍い
- ☐ けいれんをおこしている
- ☐ 出血が止まらない
- ☐ 手足が動かない



1つでも
「はい」がある



救急車を
呼ぶ！

- ☐ 打った部分がへこんでいる
- ☐ 頭を激しく痛がる
- ☐ 何度も吐く
- ☐ 身長1.5倍以上の高さから
転落した
- ☐ 自転車・自動車事故
- ☐ 唇の色が悪い
- ☐ 鼻血が止まらない
- ☐ 耳からの出血



1つでも
「はい」がある



すぐに受診

1つも
「はい」がない

通常の診療時間内
に受診

ただし症状が
大きく変わったら、
すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆ 時間がたってから症状が出てくることがあるので、
布団に寝かせて見守ります
48時間は安静にして様子を見ましょう



- ◆ こぶができていたら、ぬらしたタオルで冷やします

- ◆ 出血がある場合は、汚れを水で落としてからタオルやガーゼで
圧迫して止血しましょう
血が止まらない場合は、すぐに救急車を呼びましょう

(2) 鼻 血

赤ちゃんやこどもは、よく鼻血を出します
鼻に指を入れたりして、粘膜が傷ついて出血
するのが原因です
ほとんどがすぐに止まり、心配はいりません
(止まらなければ医療機関に相談しましょう)



家庭での対応

【鼻血の止血方法】

1. 椅子などに座らせて、鼻血を飲み込まないように、軽く下を向けさせます
2. 小鼻(鼻翼)をできる限り深くつまみ、
鼻中隔(びちゅうかく)を圧迫します
3. つまんだまま約15分圧迫し続けます



(3)口の中のけが

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ 出血が止まらない
- ☐ 傷が大きい
- ☐ 歯が折れてしまった
- ☐ 歯がグラグラする
- ☐ 歯の位置が明らかに変わった、もしくは歯が抜けてしまった



1つでも「はい」がある

1つも「はい」がない



すぐに受診

通常の診療時間内
に受診

ただし症状が大きく変わったら、
すぐに医療機関へ

歯をぶつけたときは、念のため、けがの大小にかかわらず、
歯科医院で検査を受けるようにしましょう



観察のポイント（歯科医師に伝えること）

■出血があるとき、傷はどこにある？

口の中を切った場合は、歯科医院を受診しますが、唇を切った場合は、外科のある病院を受診しましょう

家庭での対応



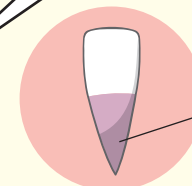
もし歯が抜けてしまったら？

適切な処置を行い、急いでかかりつけの歯科医院に行きましょう

●抜けた歯をきれいな状態に



すぐに汚れを洗いましょう
ただし30秒以内で、あまりゴシゴシしないでください



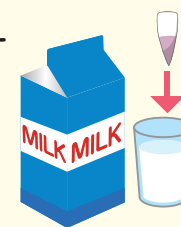
歯根部を触らない！
(軽く汚れを洗浄する)

歯の根(歯根部)にある**歯根膜**を傷つけないよう
歯冠部を持ちましょう

●抜けた歯を乾燥させないようにします

A. 牛乳の中につける

(無ければスポーツドリンクでも可)



下記の方法もあります

B. ほほの内側にいれる



※こどもが飲み込む可能性があるので注意してください

C. 歯の保存液
(ティースキーパー)につける



(学校の保健室には常備されています)

(4)すり傷・切り傷への対処

湿潤療法のやり方

- 1 出血していたらガーゼや布を当てて直接圧迫止血をします
- 2 水道水やペットボトルの水で傷口をきれいに洗い流し、清潔なガーゼなどの布で軽く水気をふき取ります
- 3 傷口の乾燥を防ぐために市販の被覆材(ハイドロコロイドやアルギン酸塩などでできたもの)で傷を覆います
- 4 ときどき傷口を洗い、被覆材を交換します
市販品はそれぞれの使用法の注意を確認し、必要に応じて交換します
応急手当として、ラップを使った場合は、なるべく早く市販の被覆材を買って取り替えましょう



市販の被覆材がない場合(応急手当として)

ラップを傷口よりも大きめに切り、傷口に当てて四方を絆創膏などで固定し、その上にガーゼなどを当てます



湿潤療法を行う場合の注意点

湿潤療法に向いていない傷がある

- 砂や石、土などの汚れが付着してとれない傷
- 犬や猫などの動物にかまれたり、ひっかかれたりしてできた傷
- 深い傷 ■ さびた釘でできた傷
- ガラスによる切り傷 ■ 古くなった傷

悪化の兆候が見られたらすぐに中止を

- 傷の周りが赤くはれて熱を持つ
- 傷口の痛みが強くなる ■ うみが出たり、傷の周りが黒ずんだりする



傷には何も塗らない! 吹きつかない!

湿潤療法をするときは、傷に何もつけないのが原則です
消毒液はもちろん、傷用の軟膏もNG
当然、傷を乾燥させるスプレーはもってのほかです
かえって傷の治りを悪くしてしまいます



10. アレルギー(アナフィラキシー含む)

ハチに刺された・原因となる食物(薬)を飲んだ(可能性がある)

次のうち、どの症状が見られますか?

【全身症状】

- ☐ ぐったりしている、意識もうろう
- ☐ 尿や便を漏らす
- ☐ 脈が触れにくい、不規則
- ☐ 唇や爪が青白い

【呼吸器症状】

- ☐ のどや胸が締め付けられる
- ☐ 声がかすれて息がしにくい
- ☐ 犬が吠えるようなせきや持続する強いせき込み
- ☐ ゼーゼーする呼吸

【消化器症状】

- ☐ 我慢できない強いお腹の痛み
- ☐ おう吐を繰り返す

→エピペン®を持っているときは打つ

【呼吸器症状】

- ☐ 数回の軽いせき
- ☐ 1~2回のおう吐や下痢

【粘膜症状】

- ☐ 顔全体のはれ
- ☐ まぶたのはれ

【皮膚症状】

- ☐ 強いかゆみ
- ☐ 全身が真っ赤
- ☐ 全身のじんましん

→緊急薬があれば内服させ、エピペン®があれば準備する

【消化器症状】

- ☐ 軽いお腹の痛みや吐き気

【粘膜症状】

- ☐ 目のかゆみ・充血
- ☐ 口の中の違和感・唇のはれ
- ☐ くしゃみ・鼻水・鼻づまり

【皮膚症状】

- ☐ 軽いかゆみや数個のじんましん、部分的な赤み

→緊急薬があれば内服させる

1つでも「はい」がある



救急車を呼ぶ!

1つでも「はい」がある



すぐに受診
(救急車でもOK)

1つでも「はい」がある

症状が改善しなかったり、進行するときは、医療機関を受診

【エピペン®】

アナフィラキシー(命にかかわるような全身のアレルギー症状)のときに第一選択となる自己注射薬





11. 発疹

次のうち、どの症状が見られますか？

- ☐ ぐったりして元気がない
- ☐ 機嫌が悪い
- ☐ 関節がはれて痛みがある
- ☐ 鼻血が止まりにくい、急にあざが増えた
- ☐ 我慢できない強いかゆみ
- ☐ 全身に広がっている
- ☐ 足を中心に暗い紫色の小さな点々がでている



1つでも
「はい」がある



すぐに受診

- ☐ 薬を飲んだ後に発疹が出た
- ☐ 盛り上がったリング状の輪っかがたくさん出た
- ☐ 皮膚のブツブツにうみや汁がある
- ☐ 小さな水ぶくれがポチポチと出てきた
- ☐ 舌にいちごのようなブツブツがある
- ☐ リンゴのような赤いほっぺたになった
- ☐ 熱が長引き発疹が出はじめた

1つでも
「はい」がある

通常の診療時間内
に受診

ただし症状が大きく変わったら、
すぐに医療機関へ

家庭での対応

- ◆ かゆがる場合は範囲が狭ければその部分を冷やしてみる
- ◆ 受診したときに発疹が消えてしまうことがあるので、携帯などで写真を撮っておく
- ◆ ほかに子に移してしまう発疹もあるので受診の仕方を事前に医療機関に確認しておく

コラム

～ 虫刺され ～

◎ハチに刺された！

ハチは夏から秋にかけて活動が盛んになります
黒っぽい服はハチがよってることがあるので控えましょう
万が一刺されてしまったら絶対に毒を口で吸いだそうとはせず、刺された場所を流水で冷やしながら周囲から圧迫して毒を絞り出します
ステロイド軟膏があれば塗っておきましょう



★1度に10カ所以上刺されたり、全身にじんましんができる、
顔色が悪くなる、息苦しくなるなどの症状があれば直ちに
医療機関を受診してください

◎マダニに刺された！

マダニは春から秋にかけて活動が盛んになります
山や草むらに入るときは肌の露出を控えるようにしましょう



刺されやすい場所はわきの下、足のつけね、手首、膝裏、胸の下、
頭部などです(虫よけスプレーも有効です)

万が一刺されていることに気づいたときは、無理やり引き抜くと
マダニの一部が皮膚に残ってしまうことがあるので、そのまま速
やかに医療機関を受診して処置を受けてください



12. 誤飲

- ☐ 意識がない
- ☐ よだれをたらし、苦しそうな呼吸をしている
- ☐ けいれんを起こしている
- ☐ せきをしたり、吐いたりしている
- ☐ お腹を痛がっている



救急車を呼ぶ！

1つでも「はい」がある

1つも「はい」がない

飲んだものはどれですか？

- ☐ 何を飲んだかわからない



吐かせてはいけません

- ☐ ボタン電池
- ☐ 硬貨
- ☐ 灯油
- ☐ ベンジン
- ☐ 除光液
- ☐ マニキュア
- ☐ 洗剤
- ☐ 漂白剤
- ☐ しょうのう(樟脳)など
(しょうのうは防虫剤などに使用されています)

- ☐ たばこ
- ☐ ホウ酸団子(ゴキブリ用殺虫剤)
- ☐ ナフタリン
- ☐ パラジクロルベンゼン
- ☐ 大量の医薬品など
(ナフタリンやパラジクロルベンゼンは防虫剤などに使用されています)

すぐに吐かせましょう

- ☐ 化粧品
- ☐ シャンプー
- ☐ 芳香剤
- ☐ せっけん
- ☐ クレヨン
- ☐ シリカゲル(乾燥剤)
- ☐ マッチ
- ☐ 粘土
- ☐ 保冷剤
- ☐ 植物活性剤など

経過を観察しましょう



すぐに受診

ただし症状が大きく変わったら、すぐに医療機関へ

◆万が一、こどもの誤飲事故が起きてしまったら

(公財)日本中毒情報センター「中毒110番」

大阪 ☎072-727-2499 (365日24時間対応)

つくば ☎029-852-9999 (365日9時~21時対応)

たばこ専用電話(テープによる一般市民向け情報提供)

☎072-726-9922 (365日24時間対応)



誤飲時の対応

のどに物が詰まって、声が出せない



119番通報

意識はありますか？

ある

ない

*せき込んだり、声を出せるときは行いません

意識がなければ心肺蘇生

1歳児未満の乳児

胸部突き上げ法

背部叩打法

数回ずつ交互に行いましょう



片手で体を支え、手の平で後頭部をしっかり支えます
心肺蘇生法の胸部圧迫と同じやりかたで圧迫しましょう



片手で体を支え、手の平であごをしっかり支えます
もう一方の手の平の付け根で背中をしっかりと叩きましょう

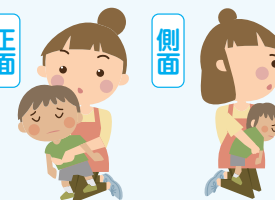
1歳以上の幼児

腹部突き上げ法(ハイムリック法)

背後から両腕を回し、子どものみぞおちの下で片方の手を握り拳にします
その手で腹部を上方へ圧迫しましょう

正面

側面



異物が取れるか、救急隊と交替するまで続けましょう

日本小児呼吸器学会「気道異物事故予防ならびに対応パンフレット」より引用
※イラストについては一部修正しています



13. お薬の使い方のコツ

飲み薬(粉薬・水薬)

乳児の場合

- ◆水薬はそのまま与えます。
- ◆粉薬は少量の湯でまじで練り、ほっぺの内側や上あごに塗りつけ、その後水、湯でまじなどを与えます。粉薬を水などで練るときには、1〜2滴ずつ水分を足しながら少しずつ練ってください。
- ◆溶かすときは、一口で飲める量にして、スポイト、スプーンで与えます。ミルクがらになると困るので、ミルクに混ぜるのはやめましょう。
- ◆乳首…哺乳瓶を嫌がらないようなら、乳首にシロップを入れて吸わせてみましょう。粉薬の中には水に溶けにくいものもあり、詰まったりすることもありますから注意してください。
- ◆スポイト…ほほの内側にゆっくりと流し込みましょう。舌の上だと味を感じますので、奥の方に薬を入れて味を感じにくくしてあげましょう。奥過ぎるとむせるので注意してください。



幼児の場合

- ◆水薬も粉薬も、なるべくそのまま与える習慣をつけましょう。どうしても嫌がるときは、こどもの好きなもの(アイスクリーム、チョコレート、プリンなど味が濃くて冷たいものや甘いもの)などに混ぜてみましょう。
- ◆市販の服薬補助ゼリーを利用するのもいいでしょう。



注意すること

- ◆1回分ずつ、少量の水、少量の食べ物で溶かし、その都度混ぜてください。溶かして放置すると、薬の苦味がでて味が変わったり、抗生物質の場合は効果が落ちることもあるので、溶かした後はすぐに服用させてください。
- ◆抗生物質の中にはスポーツドリンクや酸味のあるジュースなどに混ぜるとかえって苦味が強くなるものもあります。薬剤師にご相談ください。
- ◆粉薬は涼しい場所で湿気を避け、水薬は冷蔵庫で保管してください。水薬は軽く振り混ぜてから1回分ずつ取り分けて飲ませてください。
- ◆こどもの手の届かないところ、こどもの目にふれないところにしまいましょう。



坐薬の使い方のポイント

- ◆冷蔵庫で保存してください。
- ◆カットする場合は、外装の上からハサミなどで切りましょう。
- ◆入れにくい場合には坐薬の先や肛門にベビーオイルなどを少し塗ると入れやすくなります。すぐ出てこないように、入れた後30秒程度は肛門部を押さえておく効果的です。
- ◆解熱用坐薬は38.5℃以上でつらそうにしていたら使います。6時間以上たてば追加できますが、1日3回くらいまでにしましょう。
- ◆吐き気止め(又は、けいれん予防)の坐薬と解熱用坐薬を両方使うときは、吐き気止め(又は、けいれん予防)を先に入れ、30分以上たってから、解熱用坐薬を使います。詳しくはかかりつけ医の指示に従ってください。



お薬についてのQ&A

Q. 余ってしまった薬はどのくらいもちますか？

- A. 原則として飲み残した薬は使用しないでください。きょうだいに使うのもダメです。解熱用坐薬は冷蔵庫で保存すれば約1年は大丈夫ですが、体重によって使用量が変わりますので、医師・薬剤師にご相談ください。



Q. 飲んですぐに吐き出してしまったら？

- A. すぐに吐き出してしまった場合は、薬の成分は吸収されていないことがほとんどです。同じ方法で飲ませてもまたすぐに吐いてしまうかもしれません。無理はせず、時間をあけて別の方法を試してみましょう。飲んでから30分以上たって吐いた場合は、ほとんど吸収されているのでもう一度飲ませる必要はありません。

Q. 坐薬を入れて便をしてしまったら？

- A. 30分程度経っていて、その中に坐薬の形がない場合は追加の使用は控えてください。坐薬を入れてすぐ便をしてしまった時には、あまり吸収されていないので、再度使ってもかまいません。

Q. 乳幼児の服用は、食後の方がいいですか？

- A. 食後だとお腹がいっぱいで飲めなかったり、食べ物と一緒に吐いたりすることがあります。主治医から特別な指示がない限りは、食前・食後にこだわらず、時間になったら飲ませてもかまいません。

薬は指示どおりに飲まなければ、意味がありません。飲みにくいときは遠慮なく、医師・薬剤師にご相談ください。

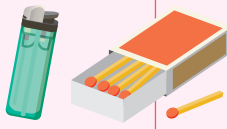




14. こどもの事故防止と安全

- ▶不慮の事故のほとんどは家庭で起こるとされています
- ▶保護者の注意で約60～80%以上は防ぐことができるといわれています

- ▶突然の事故に備えてある程度の応急処置を知っておくことも大事ですが、予防を心掛けることはもっと重要です
- ▶こどもの成長に合わせて起こりやすい事故の種類とその予防のコツを覚えておくことも重要です

	誕 生	3ヶ月	6ヶ月	1歳	3歳	
子どもの発達	▶体を動かす ▶手足をばたつかせる 	▶あやすと笑うようになる ▶首がすわる ▶見たものに手を出す ▶口の中にもものを入れる	▶寝返りをうつようになる ▶はう 	▶おすわりができるようになる ▶ものをつかむ ▶家具につかまりだちをする	▶歩き始める ▶スイッチ・ノブ・ダイヤルをいじる ▶走る・のぼる▶簡単な言葉を話し出す ▶階段を上り下りする 	▶高い所へのぼれる ▶言葉でのコミュニケーションができる ▶友達と遊ぶようになる
転 落	親が落とす ベビーベッド・ソファから	→	階段から 歩行器から	ベビーカーやイスから 浴槽への転落	階段 窓・バルコニーから	→ すべり台・ブランコ
	体をねじり始めたら、床にマットを敷いて寝かすようにしましょう。ベビーベッドは必ず柵をして、ごろんごろんと寝返りをうっても、頭をぶつけないように、周囲にものを置かないようにしましょう。	ハイハイできるようになると、赤ちゃんは行きたいところに自分の力で行こうとします。どんな興味のあるところへ行けるよう、周辺の環境を見直しましょう。	おすわりのときに、ぐらっとすることがあります。倒れても危険のないよう、周りにクッションなどのやわらかいものを敷いておきましょう。	頭が重く、まだまだ歩きなれていないので、よく転倒する時期です。フローリングの床の上では靴下を脱がす、つまずきそうなラグマットなどは片付けるなど、工夫しましょう。		
切り傷・打撲		床にある鋭いもの	→ 鋭い角のあるおもちゃ	→ 鋭い角の家具・建具・ハサミのいたずら	→ 鋭いテーブルの角、ドアのガラス ドアに手を挟む、引き出しの角	→ 屋外の石
やけど	熱いミルク 熱いお風呂	→ ホット カーペット	→ ポット・食卓 アイロン	→ 炊飯器・コンセント ストーブ・ヒーター	→ マッチ・ライター 湯沸かし器・花火	
	 直接寝かせておくと知らないうちに低温やけどをしてしまう場合もあります。一枚敷いて寝かせっぱなしにしないよう、気をつけましょう。		ハイハイをすれば、やがてつかまり立ちをします。ストーブやコンセントは要注意！テーブルの端には熱湯などの入ったものを置かないようにしましょう。床にも熱いものを置かないようにしましょう。			
誤 飲・窒息	まくら、柔らかい布団	→ タバコ 小物・ボタン 小さなおもちゃ	→ よだれかけ ひも・コード	→ ナッツ・豆類・キャンディ	→ 薬・化粧品	→ ビニール袋
	柔らかい布団でうつ伏せ寝をさせると顔が布団に埋まってしまう危険があります。掛け布団も顔を覆わないように気をつけましょう。	この頃から、なんでも口に入れようとするので、子どものおもちゃをはじめ、誤飲しないように周りに目を配りましょう。		ビニール袋などで遊んでいて、頭からかぶり口や鼻をふさいで息ができなくなったという事故が起きる事もあります。		
交 通 故 事	自動車同乗中の事故	→ 母親と自転車の二人乗り	→ 道でのヨチヨチ歩き	→ 歩行中の事故	→ 三輪車	→ 自転車
	ドアやパワーウィンドウを開めるときは、手や指を挟んだりしないように気をつけましょう。夏場は短時間であっても締め切った車内に子どもを残すことは絶対にやめましょう。チャイルドシートは法律で義務づけられています。正しい方法で装着してください。		子どもの車道への急な飛び出しによる事故が歩行中の主な事故です。道路では必ず手をつないで、親が車道側を歩きましょう。			
溺 水 故 事	入浴時	→	→ 浴槽への転落 洗面所・洗濯機	→	→ プール・川・海	→
	お風呂場で遊んでいるうちに浴槽に落ちたり、親が洗髪中などで目を離したときに浴槽に落ちたりして、溺れてしまうこともあります。1歳児の溺死の多くは浴槽で起きています。お風呂場の事故は重傷・死亡に至ることが多いので注意が必要です。お風呂場には外鍵をかけるようにしましょう。また、2歳になるまでは、入浴後は浴槽の水を抜いておきましょう。					

※子育てハンドブック「らっこ」からの引用



15. 意識がないとき

②119番とAEDを依頼

★あなた一人のときは、まず119番しましょう



両乳首の間を胸の約1/3の深さまで強く押し込み、1分間に100～120回のペースで

【乳児】指2本で



【幼児】
成人と同じで、両手の付け根で（しっかり圧迫できれば片手もOK）



様子がおかしい

①声をかけながら足の裏を叩く

幼児は成人と同じで、両肩をやさしく叩く

反応がない又は判定困難（分からない）

ちゃんと息をしていない又は判定困難（分からない）

必ず胸骨圧迫

できれば人工呼吸

30回:2回

到着次第AEDパッド装着

泣き出するか、救急隊と交替するまで続けましょう

日本小児呼吸器学会「気道異物事故予防ならびに対応パンフレット」より引用
※イラストについては一部修正しています

AEDの使用

AEDが到着したら、電源を入れ、電極パッドを装着します
AEDの音声ガイダンスにしたがって操作してください
※AED（自動体外式除細動器）とは…突然の心停止から命を救うための救命機器（けいれんを起こした状態の心臓に電気ショックを与え、正常な状態に戻す機器）です



③胸とお腹を見る



あごを上げ、頭を後ろに曲げて、顔は少しのけぞるように

★★心肺蘇生法はなるべく固い床の上で行いましょう

医療機関の調べ方

1.まずは、ホームページにアクセス

医療ネットさぬき

検索

香川県内の医療機関や薬局が検索できる香川県が提供する情報サイトです

画面中央のアイコンをクリック



2 あなたのお近くの医療機関をさがす

色々と条件で医療機関をさがす

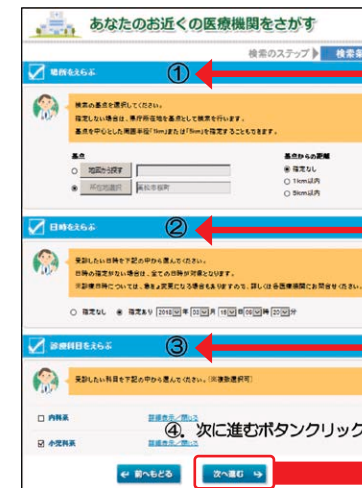
あなたのお近くの薬局をさがす

3 休日当番医をさがす

休日当番薬局 ※香川県薬剤師会へのリンク

2.地区・日時・診療科目を指定して検索

3.休日当番医を調べる



- ①. 場所をえらぶ
所在地選択をえらび、検索の基点を設定
- ②. 日時をえらぶ
指定ありにチェック（日時を指定）
- ③. 診療科目をえらぶ
受診する診療科目にチェック



監修 高松市医師会、高松市歯科医師会、高松市薬剤師会、香川県看護協会

編集・発行 高松市保健所 保健対策課地域医療対策室

〒760-0074 高松市桜町一丁目10番27号

TEL 087-839-3805

FAX 087-839-2864

