

こんな時 どうする？

子どもの
ケガ・急病

知っておきたい対処方法

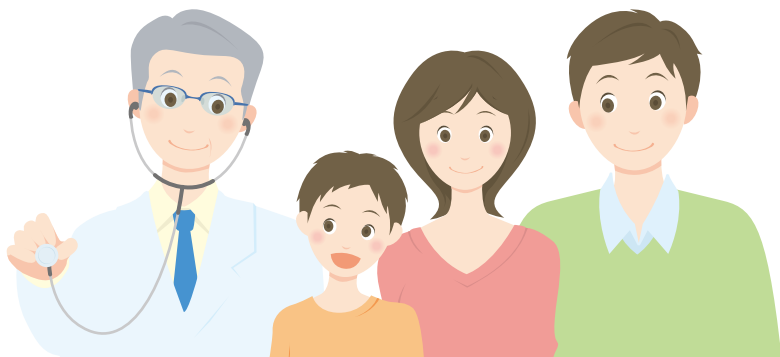


子どもがケガをしたり急に病気になったとき、
あわてずに対処できるように
必要な知識を身に付けましょう。

佐賀県・佐賀県救急医療協議会

お子さんがケガをしたり、 急に病気になったときに 対処に困ったことはありませんか？

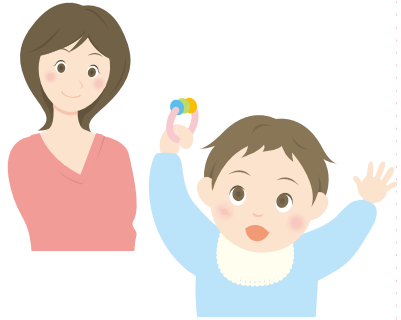
- 1 ● 上手な受診のしかた 3
- 2 ● 熱を出したとき 6
- 3 ● 息が苦しいときや、せき、喘息のとき 7
- 4 ● おなかが痛いとき 8
- 5 ● 下痢をしたとき 9
- 6 ● 嘔吐(吐いた)したとき 10
- 7 ● けいれん(ひきつけ)を起こしたとき 11
- 8 ● 頭を打ったとき 12
- 9 ● やけどをしたとき 13
- 10 ● 誤飲・誤食をしたとき 14
- 11 ● 心肺蘇生法(人工呼吸と心臓マッサージ) 16
- 12 ● よくある質問 18
- 13 ● 役立ちメモ 23



上手な受診のしかた

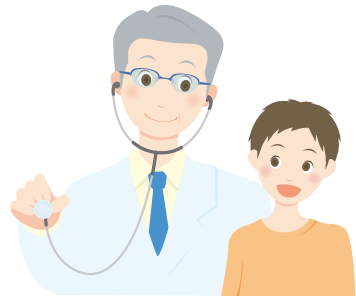
1 日頃からお子さんの様子をよく観察しましょう。

日頃からお子さんの特徴やくせ、体調を把握し、もしもの急病などのときにも、早めに発見し、あわてず対処できるよう、必要な知識を身に付けましょう。



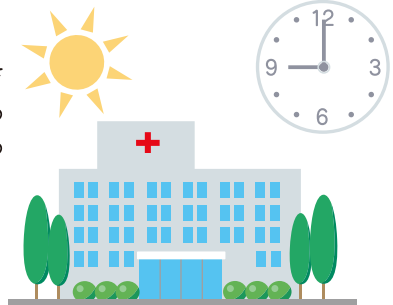
2 かかりつけ医をつくりましょう。

この冊子に書かれていることは、家庭でケガ・急病に対処するうえで、あくまで一つの参考に過ぎません。特に子どもは個人差も大きいので、日頃から何でも相談できるかかりつけ医をつくり、もしものケガ・急病のときも気軽に相談でき、的確な助言や指導、診察を受けられるようにしておきましょう。



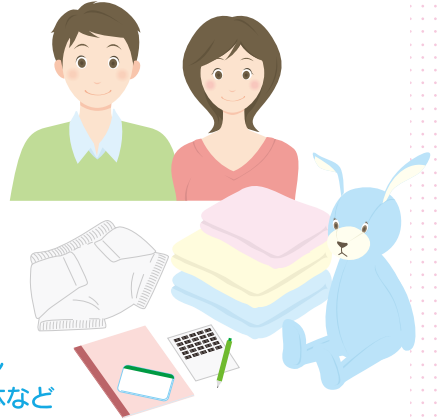
3 できるだけ診療時間内に受診しましょう。

診療には、医師以外にも検査技師、薬剤師、看護師など多くのスタッフが必要であり、できるだけ、これらのスタッフがそろっている平日の昼間(通常の診療時間帯)に受診するようにしましょう。



4 症状や様子がわかる人が連れていきましょう。

受診のときは、子どもの様子や食事の状況、飲ませた薬などをきちんと説明できる人が一緒に行くようにしましょう。



病院に持っていくと役に立つもの

- ・母子健康手帳 ・健康保険証 ・診察券
- ・熱の状況や病気の経過を書いたメモなど
- ・飲んでいる薬や名前などが分かるもの（おくすり手帳など）
- ・着替え ・ビニール袋 ・タオル、バスタオル
- ・おむつ ・待ち時間のためのオモチャや絵本など

5 休日・夜間にケガや急病で困ったときは……

まず、かかりつけ医に相談しましょう。
かかりつけ医と連絡がとれないときは、救急病院・診療所に相談してみましよう。

！ 夜間にお子さんのケガや急病で 対処方法などがわからないときは…

小児救急電話相談窓口（毎日19時から翌朝8時まで）

プッシュ回線・携帯電話から「#8000」をダイヤル（もしくは「0952-24-2200」）

！ 救急病院・診療所など、 休日・夜間に相談・受診できる医療機関の確認は…

99さがネット <http://www.qq.pref.saga.jp/> （携帯からもアクセス可）

アクセスして「急いで探す」を選択してください。

各地区消防本部問い合わせ専用電話

佐賀市・多久市・小城市・神崎市・吉野ヶ里町	☎ 0952-31-8899
鳥栖市・三養基郡	☎ 0942-83-0063
唐津市・東松浦郡	☎ 0955-73-0043
伊万里市・西松浦郡	☎ 0955-22-3852
武雄市・鹿島市・嬉野市・杵島郡・藤津郡	☎ 0954-22-4207

6

症状が重いときは119番を利用しましょう。

+ こんな時には救急車を利用してください。

- けいれんが止まらない
- 呼吸が極めて困難
- 激痛がある
- 意識がない
- 出血が止まらない など



消防署から聞かれることに簡潔に答えてください。

- 火事ですか、救急ですか？
- どうしましたか？
- 住所、名前、年齢、性別は？
- 今、使っている電話番号は？
(携帯電話も可能ですが、固定電話が使えるときは固定電話を)
- 来て欲しい場所は？
- 目印になるものはありますか？



7

診察室で聞かれること……

診察室では、以下のようなことを聞かれます。(あらかじめ心の準備を)。

- 気になる症状は？
- その症状はいつから？
- 今までに大きな病気にかかったことは？
- 薬や食べ物のアレルギーは？
- 家族に同じような症状はありませんか？



熱を出したとき



子どもの熱について

子どもは、ちょっとした体調の変化でも熱を出すことが多いものです。また、例えば発熱の原因の一つであるウイルスは熱に弱いため、人間の身体は熱を出して、免疫の力でウイルスと戦います。

あわてずに、発熱以外の症状など、お子さんのからだ全体の様子をよく見てください。



家庭での対処方法

- 熱の状態と熱以外の症状をよく観察してください。
- 食欲があるか ● 息苦しさはないか ● 意識はあるか ● 機嫌はどうか ● よく眠れるか
- 悪寒やふるえがでたら、全身を保温してください。
- 水分の補給はしっかりと行ってください。● 湯ざまし ● 麦茶 ● イオン飲料 など
- 汗が多く出るときは、ぬるま湯で絞ったタオルなどで体を拭いたり、着替えさせてください。また、熱いところは氷枕などで冷やし、冷たいところは布団を1枚多くするなどして保温してください(なお、特に小さな子どもの場合は、暖めすぎないように注意)。

注意すること

- 高熱のときに、強い熱さましなどで無理に熱を下げるのは好ましくありません。
- 水分の補給は重要ですが、母乳やミルク、食事などは、欲しがらなければ無理には与えなくても大丈夫です。また、与えるときは、できるだけ消化のよいもの(おかゆや果物をすりおろしたものなど)を与えてください。



様子を見ても大丈夫なとき 通常の診療時間を待って受診

- 水分や食事がとれる ● 機嫌が悪くない(あやせば笑う、遊ぶとする)
- 夜は眠れる ● 熱以外に重い症状がない ● 排尿の回数が減っていない



早めに受診した方がよいとき (P3~P5)上手な受診のしかた

- 生後3ヶ月未満の赤ちゃんの高熱(概ね38℃以上)
- 顔色が悪くて、ぐったりしている
- 激しく泣き、あやしても泣きやまないでぐずっている
- 眠ってばかりいて、呼びかけてもすぐに眠る
- 呼吸の様子がおかしい
(不規則、胸がペコペコくぼむ、鼻の穴がヒクヒクする)
- 耳やのどを痛がる
- 水分を受けつけない、おしっこが半日くらい出ない
- 嘔吐や下痢をくりかえし、ぐったりしている



息が苦しいときや、せき、喘息のとき

呼吸
困難等



子どものせきや喘息について

せきは、気管や気管支に侵入するウイルスや細菌、異物などを排除するための反応であり、苦しみのないせきは心配ありません。

あわてずに、まず子どもの様子をよく観察することが大事です。



家庭での対処方法

- せきが激しいときは、加湿器を使ったり、濡れタオルを干して部屋を加湿したり、口もとに蒸しタオルなどをあててください(ただし、窒息しないよう、口そのものは覆わない)。
- 横に寝ると苦しいときは、上体を起こして何かにもたれかかる姿勢にし、コップ1~2杯の水を飲ませ、大きく息を吸ったり吐いたりを繰り返させてください。
- 喘息の薬があらかじめ出されていれば、医師に指示されたとおりに使ってください。

注意すること

- せきが激しくて食事がとれないときも、水分だけは飲ませてあげてください。
- 喘息の薬は使い過ぎるとドキドキしたり、吐いたりするので、医師の指示どおりに使うこと。



様子を見ても大丈夫なとき 通常の診療時間を待って受診

- 呼吸が苦しくなく、横になって眠っていられる
- 眠りかけや朝起きたとき、走ったときにせきが出るが、あまり支障なく生活できる
- 睡眠、食事、運動が妨げられないで、熱もない
- 自宅での対処で症状がよくなってきた



早めに受診した方がよいとき (P3~P5) 上手な受診のしかた

- 顔色やくちびるの色が青いとき(至急、受診が必要)
- 呼吸が苦しそうで顔色も悪いのに、ゼーゼー、ヒューヒューがほとんど聞こえない(至急、受診が必要)
- 呼吸が困難で横になれない、または苦しくて動けない
- 呼吸が早い、または走ったあとのように肩で息をする
- 吸うときに胸がふくらまず、肋骨の間や下、鎖骨の上、のど下がくぼむ
- 吸うときに胸がくぼみ、お腹だけふくらむ
- 鼻の穴がヒクヒクする
- 犬の遠吠えやオットセイの鳴き声のようなせき込み
- 何かを飲み込んだ後に、急にせき込みだした



おなかが痛いとき



子どもの腹痛について

子どもは、消化器官が未発達で、便秘などを起こしやすいものです。また、特に赤ちゃんがわけもなく繰り返して泣くときは、おなかが痛い可能性があります。

よくある腹痛の原因

- 乳児：「便秘」、「そけいヘルニア」、「腸重積」
- 幼児：「便秘」、「急性胃腸炎」、「腸重積」
- 児童：「便秘」、「急性胃腸炎」、「虫垂炎」



腹痛



家庭での対処方法

- 腹痛が軽いときは、無理に食べさせないで水分を少しずつ飲ませて様子みてください。
- お腹に「の」の字を描くようにやさしくマッサージしてあげると、少し楽になります。



! 注意すること

- おなかに炎症があるとき（虫垂炎、胃腸炎など）には、炎症を悪化させる可能性がありますので、カイロや湯たんぽなどでおなかを暖めないように。



様子をみても大丈夫なとき 通常の診療時間を待って受診

- すぐに軽くなって我慢ができる痛みになった
- 浣腸や排便をすると治まって、その他に気になる症状や体調不良もない



早めに受診した方がよいとき (P3~P5) 上手な受診のしかた

- おなかがかかめて痛がる、おなかが痛くて歩けない、おなかをさわると痛がる
- 赤ちゃんが足を縮めていて、泣き止まなかったり、間隔をおいてまた泣く
- おなかが張ったり、股の付け根がはれている
- 嘔吐や下痢をともなっている
- 高熱をともなっている
- ぐったりして泣いてばかりいたり、静かになっている
- 顔色が急に悪くなってきた



下痢をしたとき



子どもの下痢について

子どもは消化器官が未発達で、消化不良を起こしやすいものです。下痢をしたら、いつもの便と違うのはどのような点かよく観察してみましょう。

- におい(腐ったような臭い、すっぱい臭い)
 - 性状(赤っぽい・白っぽい、どろ状・水様状) ● 1日の回数
- また、その他の症状も観察しましょう。
- 嘔吐・腹痛・熱はあるか? ● 機嫌は? ● 食欲は?



家庭での対処方法

- 胃腸を休めるために固形物は与えませんが、脱水症状にならないよう水分は十分に与えてください。なお、ミルクを与えるときは、普段より薄めにして与えてください。
- おしりがかぶれないよう、こまめに洗ってください。また、感染症の病気の可能性もありますので、感染予防のため、排泄物を始末した手も十分に洗ってください。
- 回復期には、食べ物を一度にたくさん与えず、便の状態をみながら少しずつ、できるだけ加熱調理した炭水化物(おかゆ、おじや、うどんなど)から与えてください。

注意すること

- 柑橘類(オレンジ、みかん、グレープフルーツなど)や乳製品、砂糖、その他消化されずに便にそのまま排泄されるもの(ニンジン、海藻など)は与えないでください。
- 食べ過ぎにならないように注意してください(普段の3分の2程度)。



様子を見ても大丈夫なとき 通常の診療時間を待って受診

- 熱がなく、機嫌もよく元気 ● 排尿の回数もいつもと変わらない
- 食欲がいつもと変わらず、水分が飲めている
- 便は軟らかいが、下痢の回数は少ない(概ね1日5~6回以内)



早めに受診した方がよいとき (P3~P5)上手な受診のしかた

- 高い熱をとまっている
- 嘔吐をとまっている
- 色が白っぽい便
- 血液が混じっている便
- 糊のような黒っぽい便
- 機嫌が悪く、水分をほとんど受け付けない
- おしこの量が極端に少なかったり、回数が極端に減った
- 水のような下痢で、回数も多い
- 下痢が長びいて唇や舌が乾いている
- ぐったりしている



嘔吐(吐いた)したとき



子どもの嘔吐について

子どもはちょっとした刺激や、激しく咳き込んだ拍子にも嘔吐することがあります。ただ、嘔吐を繰り返すと脱水症状を起こす可能性もありますし、また、高い熱をとまなう嘔吐は何らかの病気の兆候である可能性もあります。

このため、嘔吐したときは、回数はどうか、腹痛はあるか、頭痛はあるか、熱があるか、機嫌はどうか、食欲はあるか、下痢があるかなど、まず、よく観察してください。

- 吐いたあと、ケロリとしている場合は心配ありません。
- 順調に体重が増えているなら、多少吐いても発育には影響しません。
- かぜや扁桃炎、胃腸炎のときは吐きやすくなります。
- 発熱や頭痛、血便など他の症状をとまなっていないか観察を。



赤ちゃんの嘔吐

幼児の嘔吐



家庭での対処方法

- 脱水症状になりやすいので、吐き気が治まるのを待って、湯ざまし、お茶などを少しずつ、回数を多めに与えるなどして、水分を十分に与えてください。
- 飲食をするとかえって吐くので、30分～2時間は飲食させないで様子を見てください。特に、胃腸を休めるために固形物はできるだけ与えないでください。

注意すること

- 牛乳、乳製品、炭酸飲料、柑橘類の果汁(オレンジ、みかんなど)は避けてください。
- 赤ちゃんにミルクを飲ませたときは、縦に抱き、ゲップを出させてから寝かせてください。
- 吐いた物を肺に吸い込まないよう、寝ているときは体や顔を横に向けてください。
- 吐いた物を始末したら、よく手を洗ってください。



様子を見ても大丈夫なとき 通常の診療時間を持って受診

- 下痢、熱などがなく、普通に生活できる
- 食欲があり、元気があり、睡眠もとれている
- 吐く回数が多くなく、吐いた後はケロツとしている
- 吐き気が治まったあと、水分がとれる



早めに受診した方がよいとき (P3~P5)上手な受診のしかた

- 強く頭を打った後である
- けいれんをとまなったり、意識がぼんやりしている
- 強い頭痛や腹痛をとまなっている
- 何度も嘔吐を繰り返している
- 吐いた物に血液や胆汁(緑色)が混ざる
- おしっこが半日位出ない
- くちびるや舌が乾いている



けいれん(ひきつけ)を起こしたとき



けいれん(ひきつけ)について

けいれんとは、からだ全体やからだの一部がつっぱったり、ピクピクしたり、脱力したりすることです。



家庭での対処方法

- 周囲に危険物があれば、取り除いてください。
- 平らなところに寝かせ、けいれんの途中、吐いても吸い込んで窒息しないよう、顔を横に向けてください。
また、呼吸しやすくするため、頭をうしろにそらせたり(ただし、首がつっぱっているときは無理はしない)、きつい衣服を着ていたら衣服をゆるめてください。
- 目の位置(白目を剥いている など)や手足の状態を見て、けいれんの持続時間を測定してください。

注意すること

- 口の中に物や指を入れない。
けいれんのときに舌やくちびるをかむことがあります。これは、けいれんのはじめだけに起こることです。むしろ、指や物を入れることで、口の中を傷つけたり、歯が抜けたり、舌を押し込んで窒息するものになったりするので危険です。
- ゆすったり、たたいたり、また、飲み物や飲み薬を与えたりしないでください。
- けいれんの後に眠ったときは、単に疲れているだけなのか、意識がないのかを声をかけるなどして確認してください。

けいれん



様子を見ても大丈夫なとき 通常の診療時間を待って受診

- けいれんが1回だけで、しかも短時間(概ね4~5分以内)に治まり、いったん目をあけたあと、周囲の呼びかけに反応したり、泣いたりしたとき。



早めに受診した方がよいとき (P3~P5)上手な受診のしかた

- はじめてけいれんを起こした
- 頭を打ったあとにけいれんを起こした
- けいれんを2回以上、繰り返した
- けいれんが長時間(概ね4~5分以上)続く
- けいれんのあと、しばらくたっても反応がなく、意識が戻らない
- けいれんのあとに繰り返して吐く
- 顔色が悪い
- あわをふいている



頭を打ったとき



頭を打ったときは…

頭を強く打っても、頭の骨に骨折がなく、目や手足の動きや意識にも異常がなければ、あわてずに、平日の昼間などを待って受診しても、たいていは心配ありません。

しかし、頭の中に出血が起こると、頭を打った直後は何ともなくても、あとから生命に危険が及ぶことがあるので注意が必要です。

頭を打ったときは、頭痛や吐き気はないか、腫の大きさはどうか、目や手足の動きに異常がないか、などをよく観察しましょう。



家庭での対処方法

- 頭を打ったあとは、1～2日は入浴は避けてください。
- 1週間程度は、普段と変わったことがないかどうかよく注意して観察してください。

注意すること

- 頭を打ったあとにすぐ泣いたかどうか、ぼんやりしていなかったかどうかなどについてよく観察しておいてください。頭の痛みがだんだん強くなってきたり、吐き気や嘔吐がみられるような場合は、頭の中に出血している可能性があります。



念のため、受診が必要なとき (P3～P5) 上手な受診のしかた

以下の症状があるときは、念のため、できるだけ早く脳神経外科などがある病院を受診してください(頭部のレントゲンや、CTスキャンが必要な場合もあります。)

- 頭の痛みが強くなるとき
- けいれんが起きたとき
- 吐き気が繰り返して見られたり、気持ちの悪さが続くとき
- 意識消失があったり、頭を打ったあとすぐに泣かなかったとき
- ぼんやりしてきて、ほうっておくと眠ってしまうとき
- 頭を打った前後のことをよく覚えていないとき
- 物が二重に見えたり、物が見えなくなったりしたとき
- 手足が動きにくくなったり、しびれたりするようになったとき
- 体温がどんどん高くなってきたとき
- 左右の腫の大きさが違うとき
- なんとなく普段と比べて様子が違うとき
- 耳や鼻から出血があるとき



やけどをしたとき



子どものやけどについて

やけどは、0～4歳児に多く、また、熱湯によるやけどが最も起こりやすいものです。なお、使い捨てカイロやぬるい湯たんぽでも、長時間あたると低温やけどになることがあるので注意が必要です。

- やけどの深さは第1度～第3度に分類されています。

第1度 皮膚の表面が赤くなっているが、水ぶくれにはならない程度

第2度 水ぶくれ(水疱)ができているような場合

第3度 皮下組織まで達するやけどで、皮が黒く焦げていたり、白くなっているような場合。



家庭での対処方法

- まず、流水で30分以上冷やしてください。服を脱がせにくいときは、服のうえから冷水をかけたり、患部をこすらないよう、服をハサミではいてからかけても効果的です。赤くなるまで、また、痛みがなくなるまで、とにかく冷やしてください。冷やすことは痛みをとることにともなり、子どもを楽にするためにも必要な処置です。
- 水ぶくれができたなら、破らないようにして清潔を保ってください。

注意すること

- 油やアロエを塗るなど、民間療法をしないでください。
- 低温やけどにも注意が必要です。乳幼児の場合は、スイッチを入れたままのホットカーペットやカイロなどでも低温やけどになることがあります。



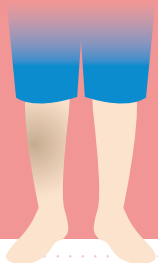
様子を見ても大丈夫なとき 通常の診療時間を持って受診

- 赤いだけで水疱ができない(家で冷やしていれば心配ありません)
- 範囲が狭い第1度程度のやけどのとき



早めに受診した方がよいとき (P3～P5) 上手な受診のしかた

- 肌が黒くこげたり、白くなっているとき(第3度)
- やけどの範囲が大人の手のひらより広いとき



誤飲・誤食をしたとき



誤飲・誤食について

誤飲・誤食による中毒は、ハイハイやつたい歩きができるようになり行動範囲がグンと広がると、チヨツとした油断で起きてしまいます。なかには少量でも生命に危険があるものもありますので、まずは子どもの周りに危険なものを置かないようにすることが大切です。

また、誤飲・誤食があったときには、まず「何を飲んだか」という情報が最も大切です。受診の際には、特に医薬品、洗剤、消臭剤、殺虫剤などの場合、その成分がわかるような説明書や箱、ビンなどを必ず持参してください。



家庭での対処方法

- 異物が口の中に見えるときは、人差し指をほおの内側に沿って差し入れ、詰まっているものをかきだしてください。ただし、あわててのどの奥に押し込まないように注意。
- 異物を飲み込んだ場合は、次ページの表を参考に速やかに応急処置を行ってください。



様子を見ても大丈夫なとき 通常の診療時間を待って受診

- タバコをごくわずかだけかじった
- プラスチック、紙、ビニール、クレヨン、鉛筆の芯をかじった
- インク、絵の具をなめた



早めに受診した方がよいとき (P3~P5)上手な受診のしかた

- 医薬品、洗剤、殺虫剤、ボタン電池、灰皿の水などを飲んだ
- タバコを飲み込んだが、量がわからない
- 硬貨を飲み込んで、胸やお腹を痛がっている
- 意識がない
- 顔色が悪い
- けいれんを起こしている
- 嘔吐が止まらない
- 飲み込んだとたんせきがはじまったり、呼吸の状態がおかしい



＋ 異物を飲み込んだときの対応

飲み込んだ異物		水を 飲ませる	牛乳を 飲ませる	吐かせる
タバコ	葉・吸い殻	×	×	○
	タバコを浸した溶液	○	○	○
強酸又は強アルカリ(洗浄剤、漂白剤等)		○	○	×
医薬品		○	○	○
石油製品(灯油、マニキュア、除光液等)		×	×	×
芳香剤、消臭剤		○	○	○
防虫剤(ナフタリン等)		○	×	○
香水・ヘアトニック		○	○	○
ボタン電池		×	×	×

＋ 応急処置がわからないときは

(財)日本中毒情報センターに問い合わせてください。

つくば中毒110番	☎029-852-9999	365日	9時~21時対応
大 阪中毒110番	☎072-727-2499	365日	24時間対応
タバコ専用電話	☎072-726-9922	365日	24時間対応



心肺蘇生法(人工呼吸と心臓マッサージ)



まず意識があるかどうかを確認しましょう

- 1 固く平らな場所に、あお向けに寝かせ、肩をたたきながら大声で呼びかけて、何らかの反応があるか観察します。
- 2 反応がなければ、大声で人を呼び、119番通報とAED(自動体外式除細動器)を依頼します。(ただし、自分一人しかいない場合は、人工呼吸と心臓マッサージを5サイクル(約2分間)行ってから、119番通報してください。)

- ① 肩をたたいて意識の確認

- ② 助けを呼ぶ



- ③ 気道の確保
あごの先を持ち上げ、気道を確保

- ④ 呼吸の確認
口元に頬を近づけ、呼吸の確認



呼吸の確認

- 3 頭や首にケガがないか確認し、片手をおでこに当てて、もう一方の手であごの先を持ち上げ、気道を確保します。(もし、口の中に異物や嘔吐物が見えたときには、指で取り除いてください。)
- 4 10秒以内に口元に自分の頬を近づけ、呼吸の確認をします。
 - 胸やおなかが動いていますか？
 - 呼吸の音が聞こえますか？
 - 息を顔に感じますか？
 呼吸がある場合は、そのまま安静にして様子をみてください。



人工呼吸(まず2回)

- 5 呼吸がなければ、人工呼吸を行います。

概ね1歳未満
口と鼻を覆って、胸が軽く膨らむまで、約1秒かけてゆっくりと息を吹き込んでください。

概ね1歳以上

おでこに当てた手の指で鼻をつまんで、胸が軽く膨らむまで、約1秒かけてゆっくりと息を吹き込んでください。

1回息を吹き込んだ後、胸の膨らみが元に戻ったら、もう1回、息を吹き込みます。息を2回吹き込んだら、呼吸やせき、体の動きなどの反応があるか観察してください。

- ⑤ 呼吸がなければ2回の人工呼吸



※空気が逃げないようにしましょう。
※口対口の、人工呼吸がためられる場合には、人工呼吸を省略して心臓マッサージへ進んでください。



心臓マッサージと人工呼吸

6 反応がない場合は、心臓マッサージと人工呼吸を繰り返します。

心臓マッサージ(胸骨圧迫法)30回 + 人工呼吸2回 を繰り返す。

AED
使用可

小児用パッド
を使用

概ね1歳未満

乳首を結んだ線の中央から足の方に向けて人差し指、中指、薬指を並べ、中指と薬指で、胸が1.5~2.5cm程度沈むよう、1分間に約100回のスピードで垂直に圧迫します。

AED
使用可

小児用パッド
を使用

概ね1歳~8歳未満(体重25kg未満)

乳首を結んだ線の中央からやや下を片手の手のひらの付け根で、胸が2.5~3.5cm程度沈むよう、1分間に約100回のスピードで垂直に圧迫します。

AED
使用可

概ね8歳以上

乳首を結んだ線の中央からやや下に片手の手のひらの付け根の部分当て、もう一方の手をその上に重ねて、胸が3.5~5cm程度沈むよう、1分間に約100回のスピードで垂直に圧迫します。

⑥ 息・せき・
体の動きもなければ、
30回の心臓マッサージと
2回の人工呼吸



AEDの使用

7 AEDが到着したら、電源を入れ、電極パッド(8歳未満の未就学児には小児用パッドを使用)を装着します。AEDの音声ガイダンスに従って操作します。

● 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。操作は音声ガイダンスにより指示され、電気ショックが必要かどうかもAEDが判断しますので、救急現場に居合わせた一般の方でも安心して簡単に操作することができます。



⑦ AEDで電気ショック



※傷病者から離れましょう。

心肺蘇生法については、詳しくは最寄りの消防署もしくは日本赤十字社佐賀県支部にお問い合わせください。

よくある質問

1 子どもの発熱について

Q1 熱はすぐ下げたほうがよいのではないのでしょうか？

- A. 発熱の原因の一つであるウイルスは熱に弱いため、人間の体は、病原体の侵入にともなって高熱を出し、免疫の力を発揮させて細菌やウイルスと戦います。無理に熱を下げると、ウイルスなどへの防御機能を乱してしまいますので、すぐに熱を下げることは好ましいことばかりではありません。

Q2 高熱のときは重い病気なのでしょうか？

- A. 熱の高さと病気の重さの関係ありません。高熱でつらそうでも、他に症状のないときはたいした病気でないことがほとんどです。熱が高くても、元気があって食欲もあるときは一晩様子をみても大丈夫です。夜は高熱でも朝になると下がるのがよくあります。

Q3 高熱が続くと頭がおかしくならないですか？

- A. 幼児の発熱では高熱になるのは決してめずらしくありません。髄膜炎や脳炎などの場合を除き、発熱だけで脳の機能がおかされることはほとんどありません。

Q4 熱があるとき、入浴しても大丈夫？

- A. 比較的熱が高くなく、食欲もあって、全身の状態も安定していれば、就寝前に短時間だけ入浴しても差し支えありません。ただ、高熱のときはひかえてください。

Q5 熱の原因についての診断は、早い方がよいのでは？

- A. 熱を出す病気はたくさんあるので、最初は原因がわからないこともあります。熱が出てから1～2日たって症状が出そろえば正確な診断が可能ですが、発熱後、数時間で診断をつけるのは大変困難であり、1～2日は熱の経過をみる必要があります。

Q6 解熱剤の使い方を教えてください

- A. 高熱があり、食欲がなく、頭痛などでつらそうなきや眠れないときなどに、主治医に指示された薬を指示されたとおり使ってください。
小児は、主に「アセトアミノフェン」を用いますが、通常6時間以上の間隔をあけて使います。また、解熱剤は決して病気の原因を治す薬ではないことに気をつけてください。

Q7 解熱剤を1～2回使っても熱が下がらないのですが、どうしたらいいのでしょうか？

- A. ほとんどの熱は2～3日は続きます。「解熱剤」が効かないのは、病気によって熱が出る勢いが、解熱剤の効果より強いときです。安静にして、主治医の指示どおり治療を続けていけば大丈夫です。

2 子どものせきや喘息などについて

Q1 急に呼吸困難になるのはどんなとき？

- A. 気管や気管支に異物を飲み込んだとき、急性咽喉炎などでどのの入り口に炎症が起こったとき、喘息発作のとき、乳児の百日咳・肺炎・細気管支炎などです。

Q2 喘息の発作はなぜ起こるの？

- A. 気管支の内側にダニやほこり、動物や鳥の毛、花粉などが付着し、アレルギー反応が起こってはれてしまい、呼吸の通り道が狭くなって起こります。

Q3 呼吸がゼーゼーやヒューヒューという音はなぜ出るの？

- A. すきま風のように、せまいところを空気が通るためです。

Q4 どんな時に喘息の発作が出やすくなりますか？

- A. 一般的には、かぜや気管支炎・肺炎にかかったとき、天候が悪くなる時、ほこりの多い場所に行ったときなどに出やすくなります。ただし、人によっては、精神的な要因(ストレスなど)も関係しますので、一概には言えません。日ごろから、お子さんの様子をよく観察し、発作が出やすくなるケースやパターンなどを把握するようにしましょう。

Q5 せきが出るとき入浴しても大丈夫？

- A. 呼吸困難があるときや、高熱があるときは避けてください。せきだけなら、軽く入浴して湯冷めしないようにすぐ寝かせてください。

Q6 せきが激しいときの食事はどのようにすればよいのですか？

- A. せきを起こしやすい刺激物でなければ、特に制限する必要はありません。食欲がないときは、痰が切れやすいように水分だけでも与えてください。

Q7 登園、登校の目安は？

- A. 夜、眠れないようなせきや呼吸困難があるときは、休ませて受診してください。朝になってせきが軽くなり、熱がなく、全身の状態もよいなら、登園・登校しても大丈夫です。

3 子どもの腹痛について

Q1 よく「おなかがいたい」というので心配ですが、受診が必要なのはどんなときですか？

- A. 子どもは、おなかを痛がることしばしばあります。2～3日排便がないとき、固い便をする習慣があるときは、排便の前におなかが痛いと言えまし、便通がよくても、「おなかがいたい」と訴えて心配させたあげく、間もなくすると何もなかったかのように元気に遊んでいることもよくあります。
- ただし、何度も繰り返して腹痛を訴えるときは、念のため、何か原因がないか、診察や検査に十分時間をとれる午前中の外来を受診しましょう。

Q2 冷たいものなどを飲んで痛がる時はどうしたらよいのですか？

- A. 腹巻などで暖める必要がありますが、炎症があるときは腹痛を悪化させることがあるので、カイロなどは使わないでください。

Q3 3～4日排便がなくて、腹痛を訴えていますが、自宅で浣腸してもよいのでしょうか？

- A. 年齢相当の量なら、自宅で行っても結構です。それでも腹痛が治らないときや、出た便がいつもと違うとき(血便など)は、便を持参して受診してください。普通便で腹痛も治れば、そのまま様子をみても大丈夫です。

4 子どもの下痢について

Q1 脱水症状(水分不足)は、どんな特徴で分かるのですか？

- A. 唇や舌が乾いている、顔色が悪い、皮膚の張りが無い、眼球が落ちくぼんで目つきがトロンとしている、尿が半日以上出ない、量が少なく色が濃い、泣いても涙が出ないなどです。

Q2 母乳の場合は、どうすればよいのでしょうか？

- A. あまり量を制限せず、そのまま与えてかまいません。

Q3 ミルクはどのように与えればよいのでしょうか？

- A. 3時間以上あけ、お腹を休めながら普段の3分の2程度を与えてください。その他に、乳幼児用のイオン飲料、うすいお茶などを飲めるだけ補ってください。

5 子どもの嘔吐について

Q1 脱水症状を防ぐにはどんなものを補充したらよいのでしょうか？

A. ナトリウムやカリウムが失われるので、これらを含む飲料や食品を補充しましょう。

Q2 吐きやすいときや吐き気の治まったとき、食事はどのようなものがよいのですか？

A. 消化のよいおかゆやうどんなどの炭水化物を少量与え、油の多いものや乳製品、ラーメンなどは避けてください。

Q3 イオン飲料は大人用と子ども用で何が違うのですか？

A. イオン飲料は塩分と糖分が水に溶けており、水よりも、水分、ナトリウム、カリウムなどが早く体に吸収されます。子ども用は大人用に比べ、ナトリウム、カリウム濃度が高く、糖分が抑えられており、より吸収しやすくなっています。

6 子どものけいれん(ひきつけ)について

Q1 急に熱が出て、手足やからだがブルブルふるえています。意識ははっきりしています。これはけいれんでしょうか？すぐに救急外来を受診した方がよいのでしょうか？

A. 寒けでふるえているだけで、けいれんではありませんので、急いで受診する必要はありません。暖かくして様子みてください。

Q2 けいれんの後に眠ってしまいました。このまま様子を見てかまわないのでしょうか？

A. けいれんのとき、脳が異常に活発になっているので、けいれんが治まると脳が休んだ状態になり、見かけでは眠っているようになります。この状態を後睡眠といいますが、脳の活動が回復すると、目覚めて心配ないことがほとんどです。ただし、長時間(概ね1時間以上)目覚めそうにないときは、受診した方がよいでしょう。

Q3 けいれんを起こすと脳がおかしくなりませんか？

A. 普通のけいれんでは、脳に後遺症が残ることはありません。しかし、1時間以上けいれんが続いた場合は後遺症の心配があります。また、けいれんの原因が、脳炎や急性脳症であれば後遺症を残す可能性が高くなります。

Q4 激しく泣いたあとに息がつかなくなったようになって体がつっぱってしまいましたか？

A. 泣き入りひきつけであり、つっぱるだけでなく、全身の力が抜けることもあります。“ひきつけ”とか、“けいれん”という名前ではありますが、本当のけいれんではなく、自然に回復します。

7 頭を打ったとき

Q1 頭を打ったあとはいつまで様子を見ればよいのですか？

- A. 子どもの場合、あとから脳に重大なことが起きることは大人と比べると大変まれです。頭を打ってから1週間程度、様子を見て何も症状が出なければ安心してよいでしょう。

Q2 頭を打ったあとに吐くのは頭の中に異常があるからなのですか？

- A. 子どもは大人と違って吐きやすいので、頭の中に何も異常がなくても吐くことがよくあります。1~2回吐いてもそのあと元気にしていれば、あまり心配ありません。

Q3 コブができたときはどうしたらよいのでしょうか？

- A. ぬらしたタオルで20~30分ほど、冷やして様子を見てください。

Q4 頭の皮膚に出血があったら、どうしたらよいのですか？

- A. 清潔なタオルやガーゼなどで出血している部分を上からしっかり圧迫して受診しましょう。

8 子どものやけどについて

Q1 どのように冷やしたらよいのでしょうか？

- A. 手や足は、出しっぱなしの水道水で冷やしてください。患部に直接水をかけると水疱を破ってしまったり、冷たすぎて長時間冷やせないなので、洗面器に受けるなど、水の勢いを弱めてください。

顔や頭は、シャワーや濡れタオルで冷やしてください。鼻や口のそばで、呼吸しにくい場所であれば、こまめに冷えたタオルを取り替えてください。

広い範囲の場合は、衣服を脱がせるときに皮膚がはがれないよう、衣服を脱がずに冷やしてください。衣服の上からシャワーをかけ、濡れたバスタオルで包み、毛布をかけて受診してください。

Q2 水ぶくれは、なぜ破らない方がよいのですか？

- A. 水疱の中は無菌ですが、水疱を破るとそこから菌が入って化膿するおそれがありますので、そのままにしてください。万一、水疱を破ったときは消毒をして清潔にする必要があります。

9 誤飲、誤食について

Q1 タバコを食べたらどうしたらいいのでしょうか？

- A. ごくわずかであれば心配はありませんし、実際は、タバコは味が悪いので、たくさん食べることはあまりありません。しかも、タバコの成分のニコチンの吸収はゆっくりで、吸収されると嘔吐を起こしてしまうことが多いものです。

ただし、少量でも中毒を起こすこともありますので、食べた量が分からないとき、いつもと様子が違うと感じたときなど不安なときは、かかりつけ医などに相談したり、様子を見て受診してください。

役立ちメモ

お子さんについて



氏名 _____ 生年月日 ____ 年 ____ 月 ____ 日 血液型 _____

住所 _____ 電話番号 _____ () _____

健康保険証の記号・番号 _____

ケガ・急病時の連絡先 ① _____ () _____ : 続柄 _____

② _____ () _____ : 続柄 _____

③ _____ () _____ : 続柄 _____

お子さんについて



氏名 _____ 生年月日 ____ 年 ____ 月 ____ 日 血液型 _____

住所 _____ 電話番号 _____ () _____

健康保険証の記号・番号 _____

ケガ・急病時の連絡先 ① _____ () _____ : 続柄 _____

② _____ () _____ : 続柄 _____

③ _____ () _____ : 続柄 _____

かかりつけ医や最寄りの救急病院について

医療機関名 _____ 電話番号 _____ () _____

住所 _____

医療機関名 _____ 電話番号 _____ () _____

住所 _____

医療機関名 _____ 電話番号 _____ () _____

住所 _____



子どもの急な病気に困ったら、まず☎!

小児救急電話相談

8 0 0 0



子どもの夜間の急な病気（発熱、下痢、嘔吐、ひきつけ等）に困ったら、
小児救急電話相談「#8000」番へダイヤルしてください。

★相談窓口の時間は毎日19時から翌朝8時まで	
★プッシュ回線・携帯電話	→ #8000
★プッシュ回線以外 市外局番が092及び0942	→ 0952-24-2200

このパンフレットについてのお問い合わせは…

佐賀県医務課

☎0952-25-7033

佐賀県救急医療協議会

☎0952-29-2899