

おかあさんのための救急&予防ノート

KODOMO QQ こどもの救急

<http://kodomo-qq.jp/>

対象年齢
生後1ヵ月～6歳



小児初期救急

すぐに急患診療所へ行くべきか？ 明日まで待つべきか？

「こんな時どうすればいいの？」

公益社団法人 日本小児科学会

無断掲載禁止



公益社団法人 日本小児科学会 JAPAN PEDIATRIC SOCIETY

Copyright 2006 JAPAN PEDIATRIC SOCIETY. All rights reserved.

はじめに

診療所や病院がお休みの夜間、日曜日、祝祭日などに、お子さんの具合が悪くなったらどうすればいいのでしょうか？

相談する相手が近くにいません。

不安はつります。

今すぐに急患診療所へ行きますか？

病院の診療開始時間まで待ちますか？

そんな迷ったときにこの小冊子を参考にしてください。病院に行くべきか待つべきか、おおよその目安を提供します。

この小冊子が不安なご家族の助けになれば幸いです。

Webをみることのできる環境をお持ちでしたら「こどもの救急-おかあさんのための救急&予防サイト (ONLINE-QQ)」 (<http://kodomo-qq.jp/>) も一緒にご活用ください。こちらではお子さんの症状をホームページ上でチェックすることで、病院に行くか行かないかのめやすを結果として示してくれます。

なお、やけど、誤飲、打撲などの対処は、「子どもの事故と対策」(日本小児科学会発行)の小冊子に詳しく書かれています。本書と一緒に、手元に置いておくと便利です。

※この小冊子「こどもの救急」は生後1カ月～6歳くらいの乳幼児のお子さんを想定してつくられています。

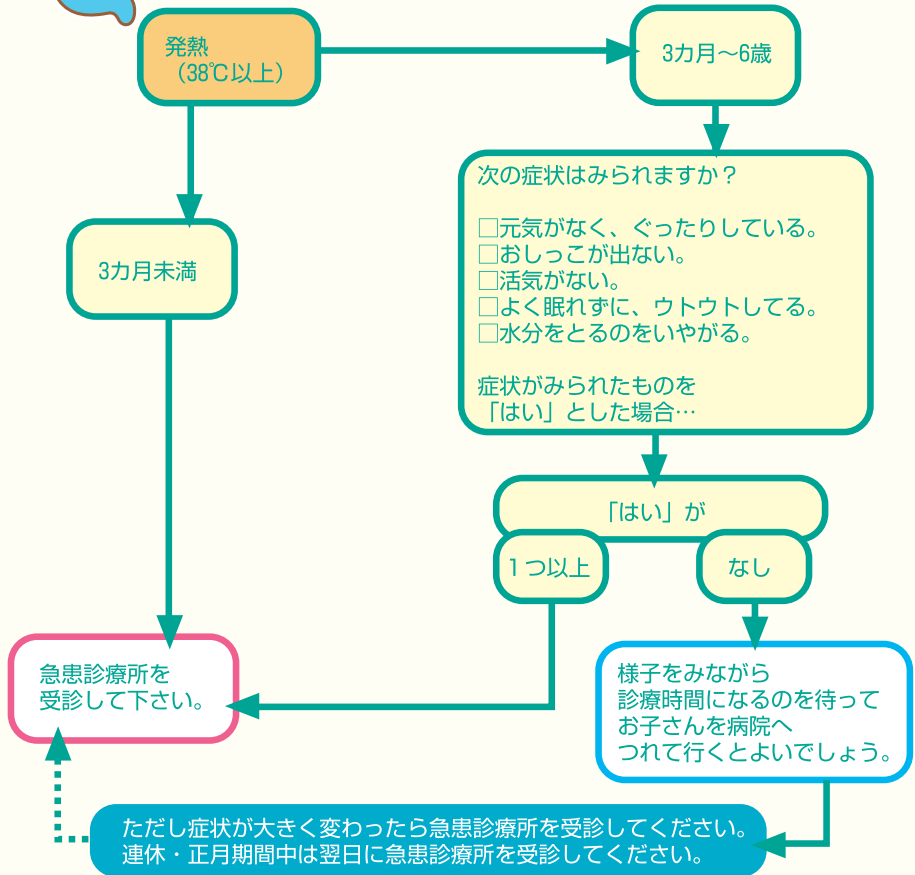
もくじ

発熱 (38℃以上)	1
けいれん・ふるえ	2
吐き気	3
せき・ゼエゼエする	4
腹痛・便秘	5
皮膚のブツブツ	6,7
下痢	8
おしっこが出ない	9
泣き止まない	10,11
意識がない	12
耳を痛がる	13
頭痛	14
誤飲	15
ウンチが変	16
鼻血	17
動物に咬まれた	18
ハチに刺された	19
やけど	20
不機嫌	21



発熱（38℃以上）

問い合わせ
電話相談
#8000



お薬を与えるときの注意点

●解熱薬には、アスピリン、ポンタール、ボルタレンは使わないで下さい。

発熱のある時の対処法

- 熱の出始めは温かめに、熱が出きったら涼しくしてあげましょう。
- 暑そうなら涼しく、寒そうなら温かくしてあげましょう。
- 水分補給をこまめにしましょう。
- 気持ちよさそうなら、冷やしてあげましょう。
- 着替えもこまめにしましょう。
- 熱があっても元気そうなら、解熱剤は使わないようにしましょう。



けいれん・ふるえ

問い合わせ
電話相談
#8000

けいれん・ふるえ

次のうちの症状がみられますか？

- けいれんが止まっても、意識がもどらない。
- くちびるの色が紫色で、呼吸が弱い。

この欄に1つ以上「はい」がある

救急車を
呼びましょう

- けいれんが5分以上続く。
- 生まれて初めてのけいれんである。
- 生後6カ月未満（あるいは、6歳以上）。
- けいれん時の体温が38.0℃以下だった。
- けいれんに左右差がある。
- 嘔吐、失禁をとまなう
- 最近頭を激しくぶつけた。
- 何度も、繰り返しいけいれんがおこる。

左の欄に「はい」はなく、この欄に「はい」がある

急患診療所を
受診して下さい。

- すでに診断がついており、今までにも何度かおこったことがあるけいれん発作（てんかん）。
- けいれんか、どうか分からない

この欄にしか「はい」がない

様子をみながら
診療時間になるのを待って
お子さんを病院へ
つれて行くとよいでしょう。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。

けいれん・ひきつけの応急処置ポイント

- 顔を横向けにして、衣類をゆるめましょう。
- 体を揺すったり、たたいたりしないようにしましょう。
- 口に割り箸や指を入れてはいけません。

けいれん・ひきつけの観察ポイント

- いつからどんなけいれんが、何分間つづいたか？
- けいれんが、右半身、左半身だけのような左右差がないか？
- その時の体温は何度であったか？



吐き気

問い合わせ
電話相談
#8000

吐き気

2カ月未満

2カ月～6歳

次の症状はみられますか？

- 母乳、母乳、ミルクのたびに勢いよく嘔吐をくりかえす。
- お腹がはっている。
- お腹がひどく痛そうだ。
- 血液や胆汁（緑色の液体）を吐いた。
- 元気がなく、吐く。
- 活気がない、無気力。
- いつもと違う様子である。
- 12時間以上、何度も下痢をしている。
- おしっこがでない。
- くちびるが乾いている。
- ポーッとしていたり、ちょっとした刺激に過敏に反応したりする。

症状がみられたものを「はい」とした場合…

「はい」が

1つ以上

なし

急患診療所を受診して下さい。

次の症状はみられますか？

- お腹がはっている。
- がまんできないほどの激しいお腹痛みを訴える。
- 血液や胆汁（緑色の液体）を吐いた。
- 元気がなく、吐く。
- 活気がない、無気力。
- いつもと違う様子である。
- 12時間以上、何度も下痢をしている。
- おしっこがでない。
- くちびるが乾いている。
- 頭痛を訴えており、ポーッとしたり、ちょっとした刺激に過敏に反応したりする。

症状がみられたものを「はい」とした場合…

「はい」が

1つ以上

なし

様子をみながら診療時間になるのを待って
お子さんを病院へつれて行くとよいでしょう。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。

せき・ゼエゼエする



問い合わせ
電話相談
#8000

せき・
ゼエゼエする

次の症状はみられますか？

- 声がかすれる。オットセイの泣き声みたいに咳き込む。
- 38.0℃以上の発熱がある。
- ゼーゼー、ヒューヒューいう。
- 息苦しそうである。
- 呼吸がはやい。
- グッタリしている。
- 水分を取りたがらない。
- 口の周りや、くちびるが紫色となる（いわゆるチアノーゼ）。

症状がみられたものを
「はい」とした場合…

「はい」が

1つ以上

なし

急患診療所を
受診して下さい。

様子をみながら
診療時間になるのを待って
お子さんを病院へ
つれて行くとよいでしょう。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。



腹痛・便秘

問い合わせ
電話相談
#8000

腹痛・便秘

次のうちどの症状がみられますか？

- 血便がみられる。
- おまた（陰のう、股のつけね）を痛がる。
- おなかをぶつけた、もしくは打った後の腹痛。
- おなかがパンパンにふくらんでいる。
- 不機嫌だ。
- コーヒーの残りかすのようなものを吐いた。
- さわると嫌がる。
- 泣き止まない。
- だんだんとひどくなる。
- がまんできない痛み。
- 発熱がある。

- 数日便が出ていない。
- おへその周りを痛がる。
- うんちをしたら痛みがやわらいだ。
- がまんできる程度の、軽い痛み。
- 元気そうだ。

この欄に1つ以上
「はい」がある

急患診療所を受診して下さい。

この欄にしか
「はい」がない

様子をみながら
診療時間になるのを待って
お子さんを病院へ
つれて行くとよいでしょう。

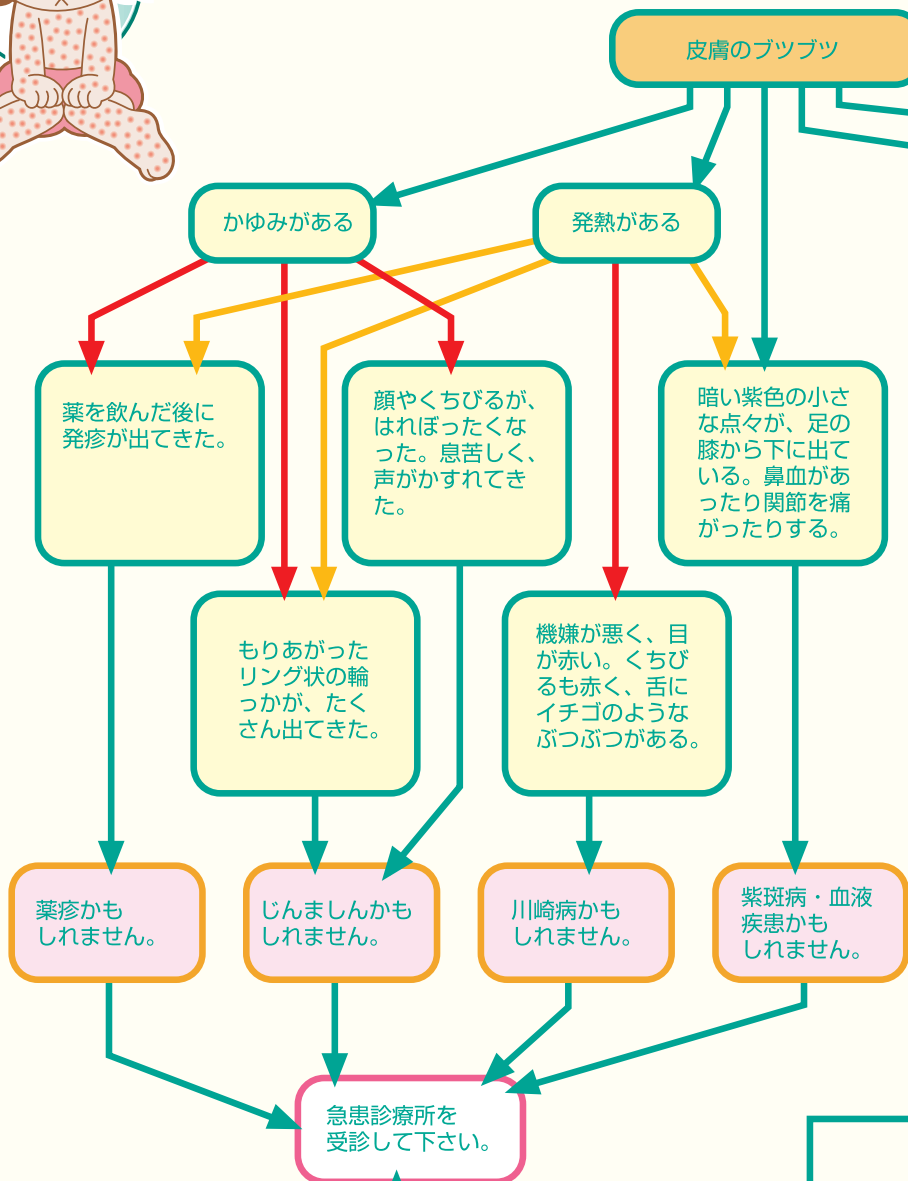
ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。

腹痛・便秘の受診のポイント

- 普段と違う便があったら必ず病院へ持参しましょう。



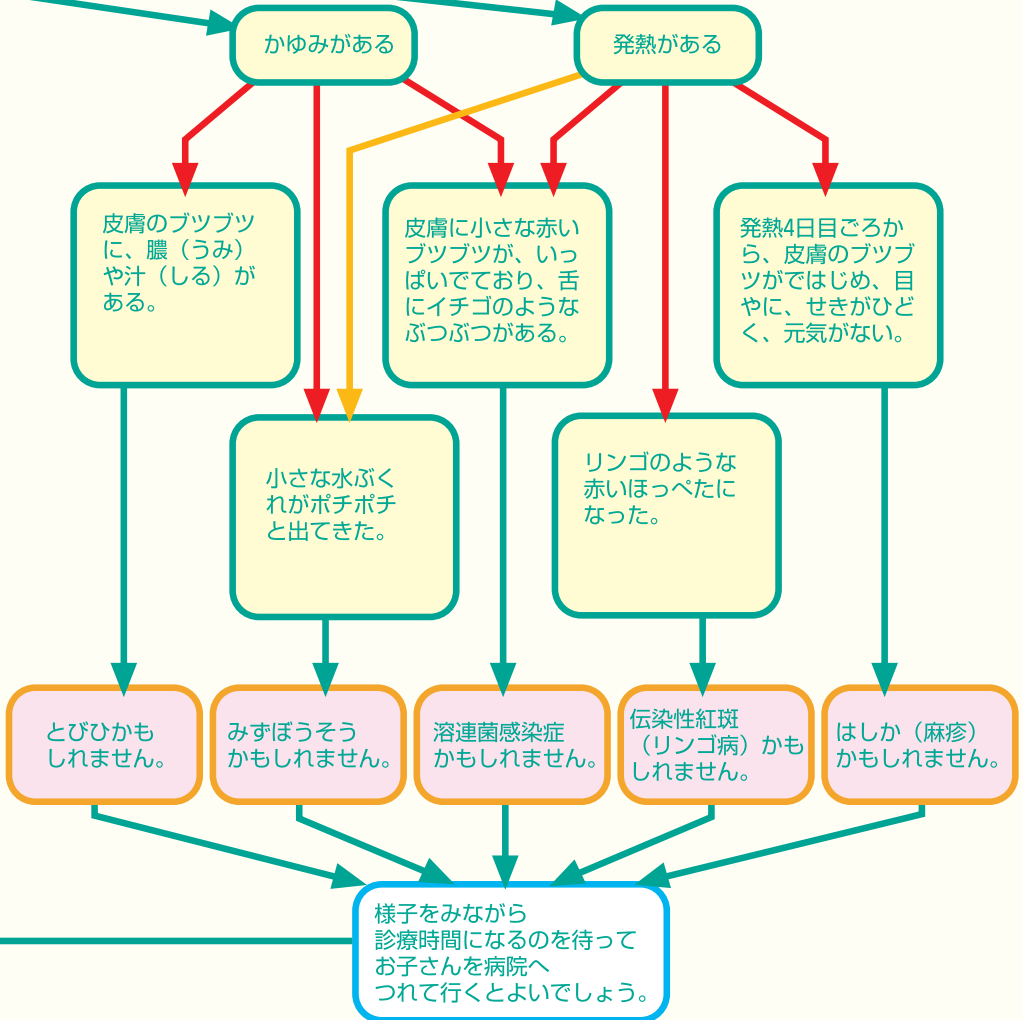
皮膚のブツブツ



ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。

- ← : 発熱があったり、なかったりの場合
 ← : 発熱がある場合

問い合わせ
 電話相談
 #8000



受診のポイント

- ほかのこどもにうつす可能性があるため、受診の際には隔離が必要です。病院の受付でそのことを伝えましょう。



下痢

問い合わせ
電話相談
#8000

下痢

3カ月未満

3カ月～6歳

次の症状はみられますか？

- 元気がなく、ぐったりしている。
- 3時間以上おしっこが出ない。
- 吐く、もどす、嘔吐がある。
- 38.0℃以上の発熱。
- くちびるや口の中が乾燥している。

症状がみられたものを
「はい」とした場合…

「はい」が

1つ以上

なし

急患診療所を
受診して下さい。

次の症状はみられますか？

- 元気がなく、ぐったりしている。
- おしっこが出ない、色の濃いおしっこをする。
- 活気がない、かったるそうにしている。
- よく眠れずに、ボーッとしている。
- 水分をとるのをいやがる。
- 目がくぼんでいる。
- くちびるや口の中が乾燥している。
- 38.0℃以上の発熱。

症状がみられたものを
「はい」とした場合…

「はい」が

1つ以上

なし

様子をみながら
診療時間になるのを待って
お子さんを病院へ
つれて行くといいでしょう。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。



おしっこが出ない

問い合わせ
電話相談
#8000

おしっこが少ない・
おしっこが出ない

次の症状はみられますか？

- ボーッとしており、元気がない。
- 朝から、水分を飲んでない。
- 吐く、もどす、嘔吐がある。
- 下痢がある。
- 涙がでなく、口唇が乾燥している。
- 熱がある。
- ぐったりしている。
- おしっこをするのを嫌がり、オチンチンやおまた（外陰部）を痛がる。
- おしっこをするのを嫌がり、おなかがはっている。

症状がみられたものを
「はい」とした場合…

「はい」が

1つ以上

なし

急患診療所を
受診して下さい。

日中、暑い
ところに
ずっといた。

発熱が

38.0℃以上

なし

元気が

なし

ある

水分を補給し、涼
しいところで安静
にしましょう。

様子をみながら
診療時間になるのを待って
お子さんを病院へ
つれて行くとよいでしょう。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。



泣き止まない

泣き止まない

4カ月未満

5カ月～1歳

次のうちのどの症状がみられますか？

- 耳を痛がる。
- オムツを変えるとき、足を痛がる。
- 泣いていたのに、急に泣きやみぐったりした。
- いつもと泣き方がちがう。

- おしりが赤い。
- 耳をさわる。耳だれがある。
- 大声で大泣きをする。意識はしっかりしている。

- おっぱいを与えるときと落ち着くと落ち着く。
- 元気が、泣きやまない。
- だっこしてしばらくすると、泣きやむ。
- 3カ月ごろの赤ちゃんで、いつも夕方ごろ泣き出す。

- おまがふくらんでいる。
- 耳を痛がる。
- 顔色が悪く、不機嫌そうに痛がる。
- 泣いていたのに、急に泣き止みぐったりした。
- いつもと泣き方がちがう。
- 激しく泣いて、呼吸が止まったようになり、真っ青となる。その後、ひきつけた。

この欄に1つ以上「はい」がある

左の欄に「はい」はなく、この欄に「はい」がある

この欄にしか「はい」がない

この欄に1つ以上「はい」がある

急患診療所を受診して下さい。

様子をみながら診療時間になるのを待ってお子さんを病院へつれて行くとよいでしょう。

受診の必要はありません。

急患診療所を受診して下さい。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。

1歳～6歳

次のうちの症状がみられますか？

- 2～3日前からウンチが出ていない。
- 耳をさわる。耳だれがある。
- 激しく泣いて、呼吸が止まったようになり、真っ青となる。その後は、顔色もよくなった。

- 元気だが、泣きやまない。

左の欄に「はい」はなく、この欄に「はい」がある

様子をみながら診療時間になるのを待ってお子さんを病院へつれて行くとよいでしょう。

この欄にしか「はい」がない

受診の必要はありません。

次のうちの症状がみられますか？

- おなかを痛がる。
- 耳を痛がる。
- あたまを痛がる。
- おまたがふくらんでいる。
- 顔色が悪く、不機嫌そうに痛がる。
- 泣いていたのに、急に泣きやみぐったりした。
- いつもと泣き方がちがう。
- 激しく泣いて、呼吸が止まったようになり、真っ青となる。その後、ひきつけた。

- 突然、おびえて泣き出す。
- 耳をさわる。耳だれがある。

この欄に1つ以上「はい」がある

急患診療所を受診して下さい。

左の欄に「はい」はなく、この欄に「はい」がある

様子をみながら診療時間になるのを待ってお子さんを病院へつれて行くとよいでしょう。

ただし症状が大きくなったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。

意識がない



問い合わせ
電話相談
#8000

意識がない

次の症状はみられますか？

- 名前を呼んでも、目をささない。
- 目をかろうじて開けるが視線が合わない。
- すぐにねむってしまう。
- つねっても、痛み刺激に反応がない。
- いつもと様子が違う。変だ。

症状がみられたものを
「はい」とした場合…

「はい」が

1つ以上

なし

急患診療所を
受診して下さい。

様子をみながら
診療時間になるのを待って
お子さんを病院へ
つれて行くとよいでしょう。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。

意識がないときの看病ポイント

- 年長児では、イラストのような体位で安静にして下さい。

体の横を上向きにして
寝かせる

足を組ませ
上側の足を前に出す

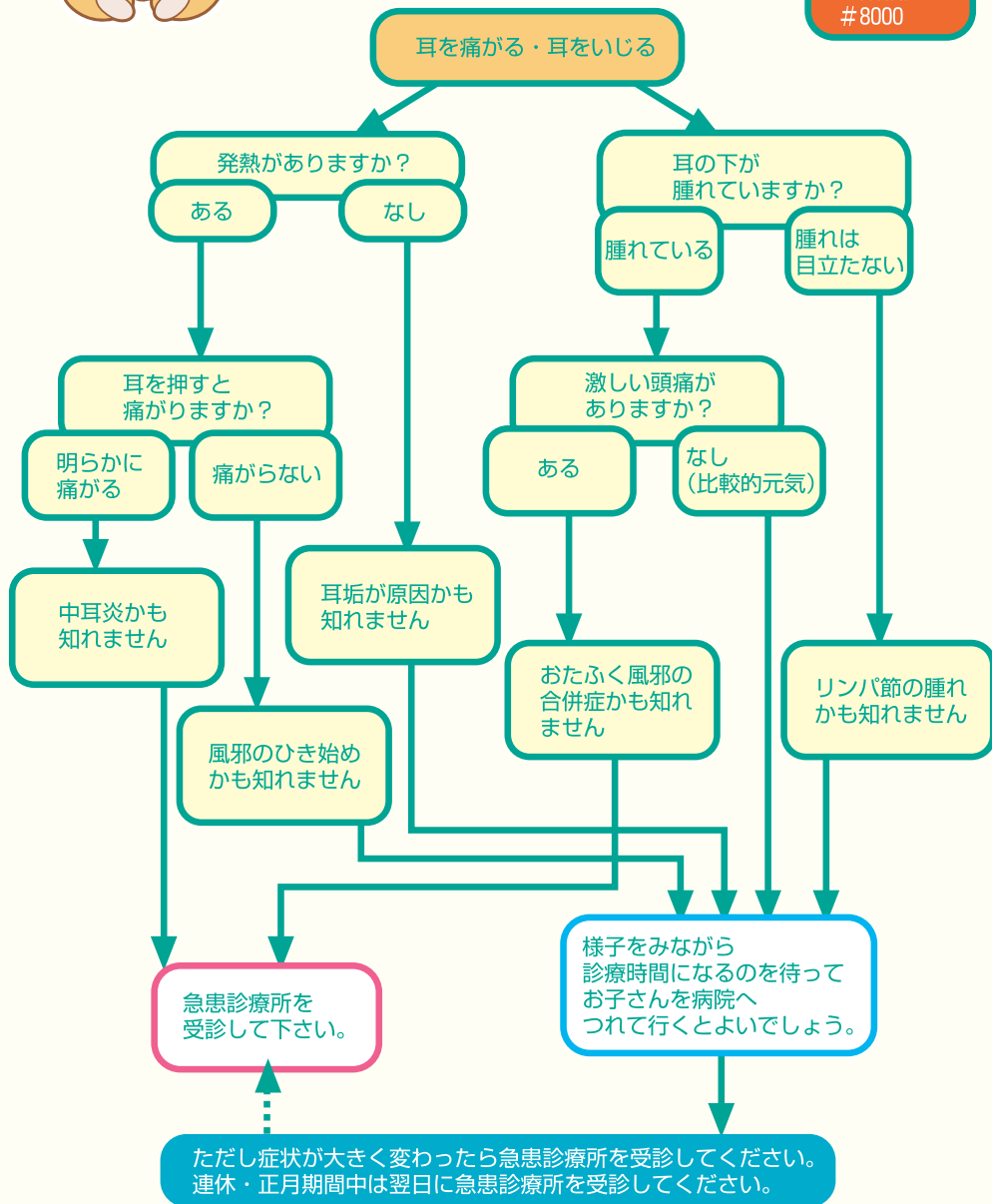
あごをあげさせて
手で支える





耳を痛がる

問い合わせ
電話相談
#8000





頭痛

頭痛・頭を痛がる

次のうちの症状がみられますか？

けいれんがある。

熱がある上に、顔色が悪く、グッタリしている。
 ひどく頭を痛がる。
 頭をぶつけた。頭を打った。
 何度も吐く。

熱はあるが元気もある。

この欄に「はい」がある

左の欄に「はい」はなく、この欄に「はい」がある

この欄にしか「はい」がない

救急車を呼びましょう

急患診療所を受診して下さい。

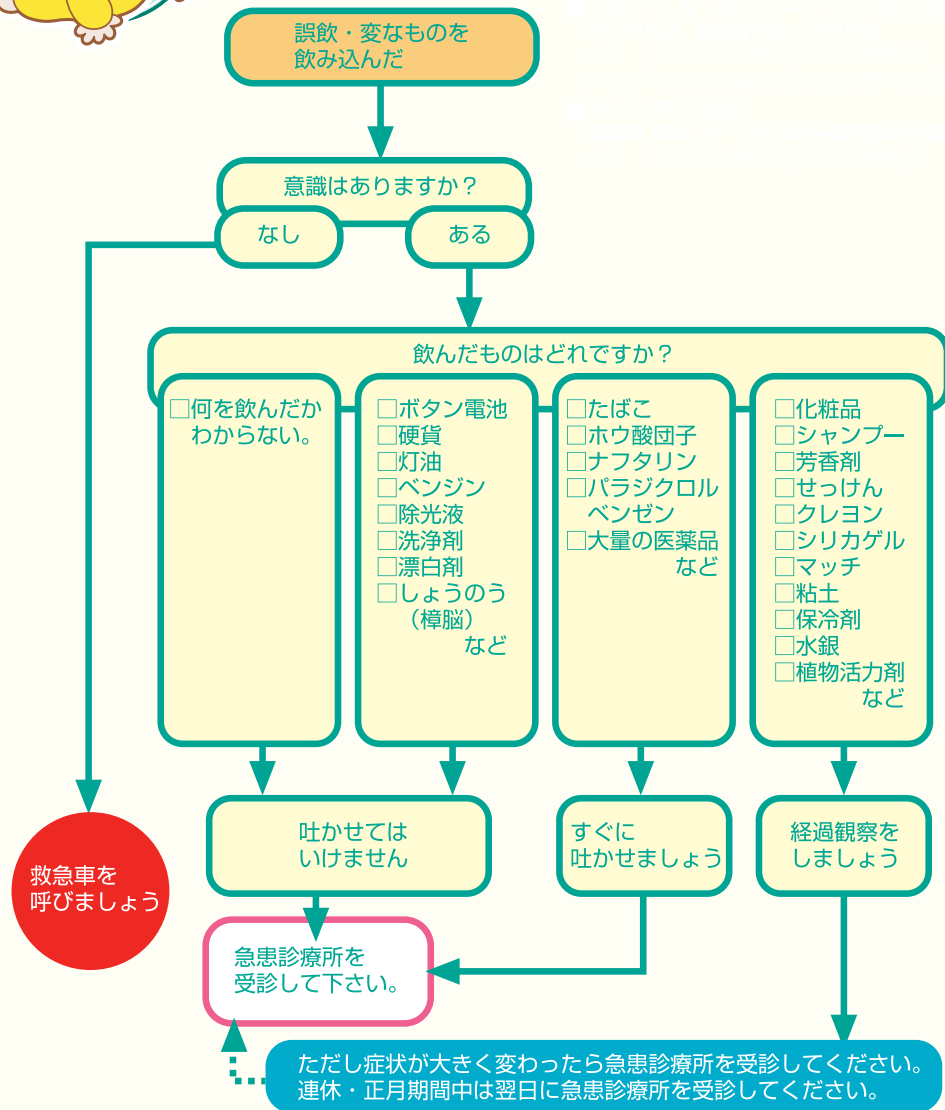
様子をみながら診療時間になるのを待ってお子さんを病院へつれて行くとよいでしょう。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。



誤飲

（財）日本中毒情報センター
 〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1 日本郵政ビルディング10F
 電話 03-5561-3111（受付時間）09:00～17:00（土日祝祭日を除く）
 ●受付専用電話
 ☎03-5561-3111（受付時間）09:00～17:00（土日祝祭日を除く）



誤飲の観察ポイント

- 意識はどうか？
- 呼吸は規則正しいか？
- 顔色はよいか？
- 吐いていないか？
- 「何を」、「どれくらい」、「いつ」飲んだかを確認する。

ウンチが変



問い合わせ
電話相談
#8000

ウンチが変・
ウンチの色がおかしい

次のうちどの症状がみられますか？

- 白っぽいウンチで、皮膚や白目が黄色っぽい(黄疸?)。
- クリーム色の下痢便。
- コールタールみたいな黒くて粘っこい便。
- コーヒー豆をすりつぶしたカスのようなかたまりが混じっている。
- いちごジャムみたいなウンチをして、機嫌が悪い。おなかも痛そうだ。
- 真っ赤な血液がウンチの中まで混ざっている血便。あるいは血液そのもの。

この欄に1つ以上
「はい」がある

急患診療所を受診して下さい。

- 抗生物質を飲んだあとの下痢で、便が赤っぽい(とくに、粉ミルクをのんでいるとき)。
- ウンチの周りに新しい血液がついている。トイレト紙にも糸を引いたような血液がつく。
- 肛門を痛がる。
- ウンチをした後に、便器に血液がついている。

左の欄に「はい」はなく、
この欄に「はい」がある

様子をみながら
診療時間になるのを待って
お子さんを病院へ
つれて行くとよいでしょう。

- ウンチ自体が赤っぽく、おしっこも赤っぽい。赤い着色料の入った食品を食べた。
- 黒い便をするが、元気である。鉄剤を飲んだ?
- 下痢止めを飲んだ。
- ブルーベリーをたくさん食べた。
- ほうれん草のような緑色野菜をたくさん食べた。

この欄にしか
「はい」がない

受診の必要は
ありません。

ただし症状が大きく変わったら急患診療所を受診してください。
連休・正月期間中は翌日に急患診療所を受診してください。



鼻血

問い合わせ
電話相談
#8000

鼻血

あわてないで次のことを試してみま
しょう

1. 鼻出血の血液を飲まないように
下を向けさせます。
2. 鼻内に何も入れずに、鼻翼全体
をできる限り深くつまみ、鼻中
隔を圧迫止血します。
3. 鼻呼吸ができない状態で、約15
分持続的に圧迫します。

出血は

止まらない

止まった

急患診療所を
受診して下さい。

受診の必要は
ありません。

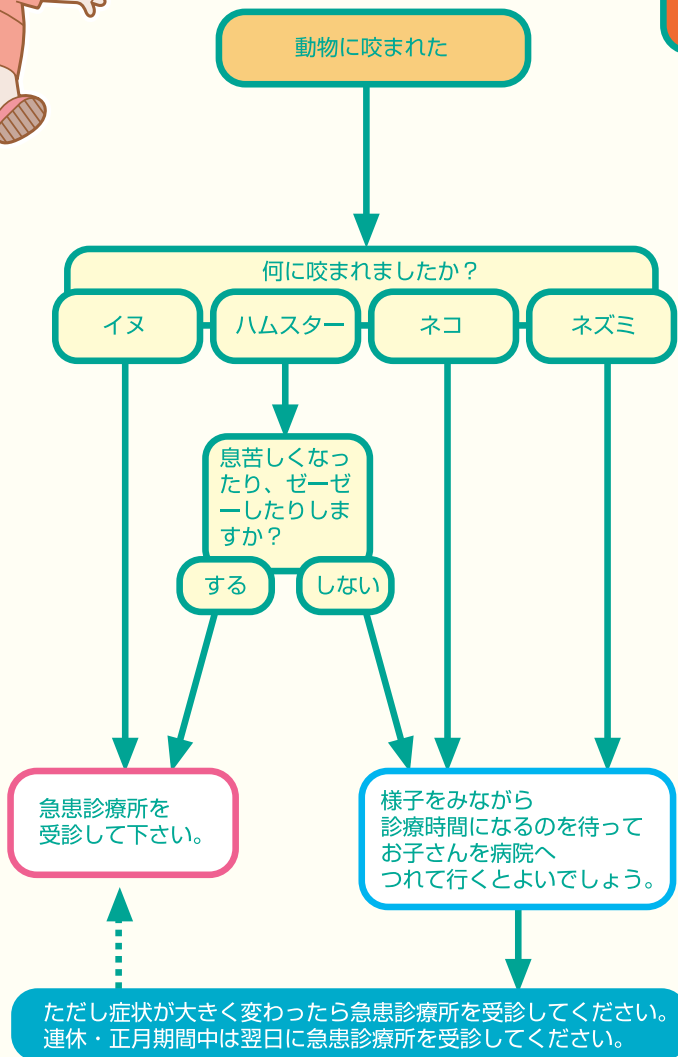
鼻血の看病ポイント

- 上を向いて寝る姿勢、出血が咽・喉頭へ流れ落ちて、咳を引き起こしたり、血液を嚥下したりしてしまい止血後の嘔気の原因になります。
- 首の後ろを叩くことは、根拠のないことです。
- 鼻内にティッシュペーパーなどを挿入することは、鼻粘膜の損傷、びらんをきたしたり、ティッシュペーパーを取り出す時に、固まった血液のカサブタをはがしたりすることになり、再度出血する可能性が高くなります。



動物に咬まれた

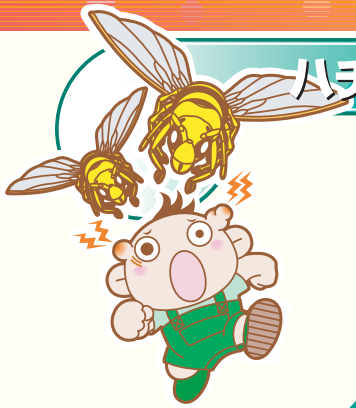
問い合わせ
電話相談
#8000



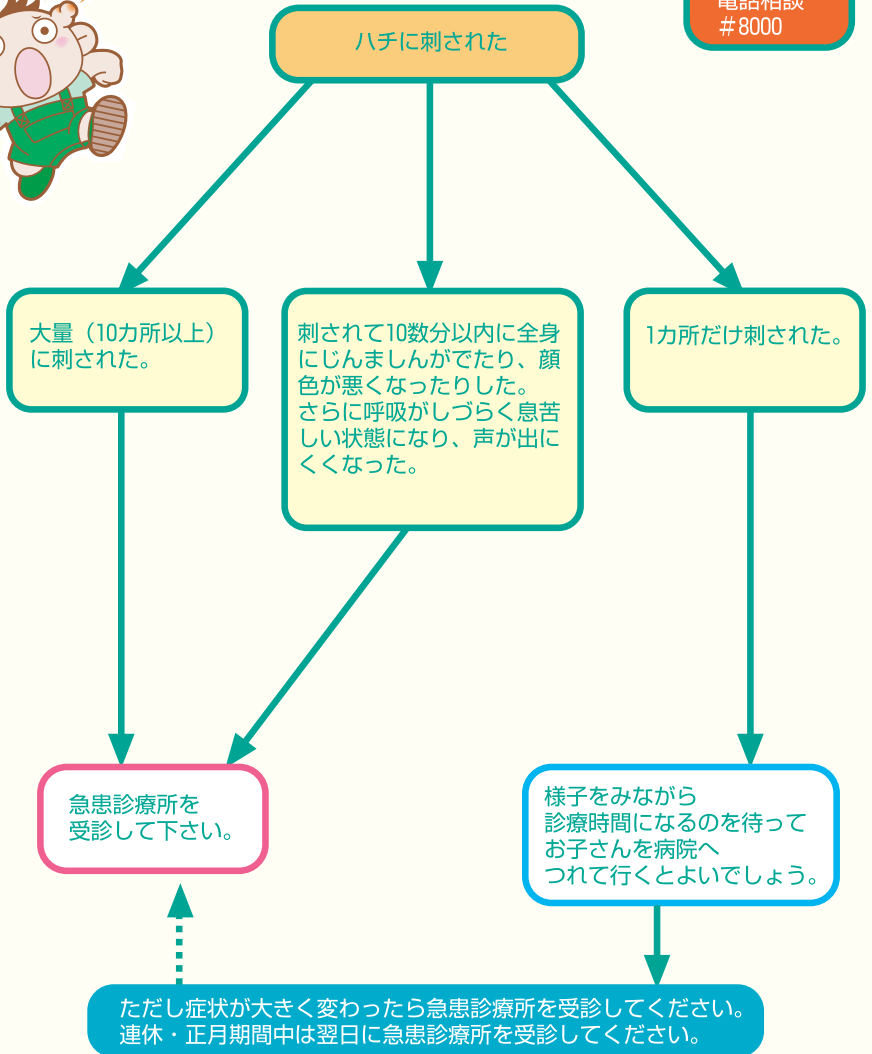
動物に咬まれたときの看病ポイント

- 呼吸の仕方の変化に注意しましょう。息苦しくなったり、ゼエゼエしたりしたら急患診療所を受診したほうがよいでしょう。
- 咬まれたところが大きく腫れてきた場合、化膿した可能性がありますので、この場合も急患診療所を受診したほうがよいでしょう。

ハチに刺された



問い合わせ
電話相談
#8000



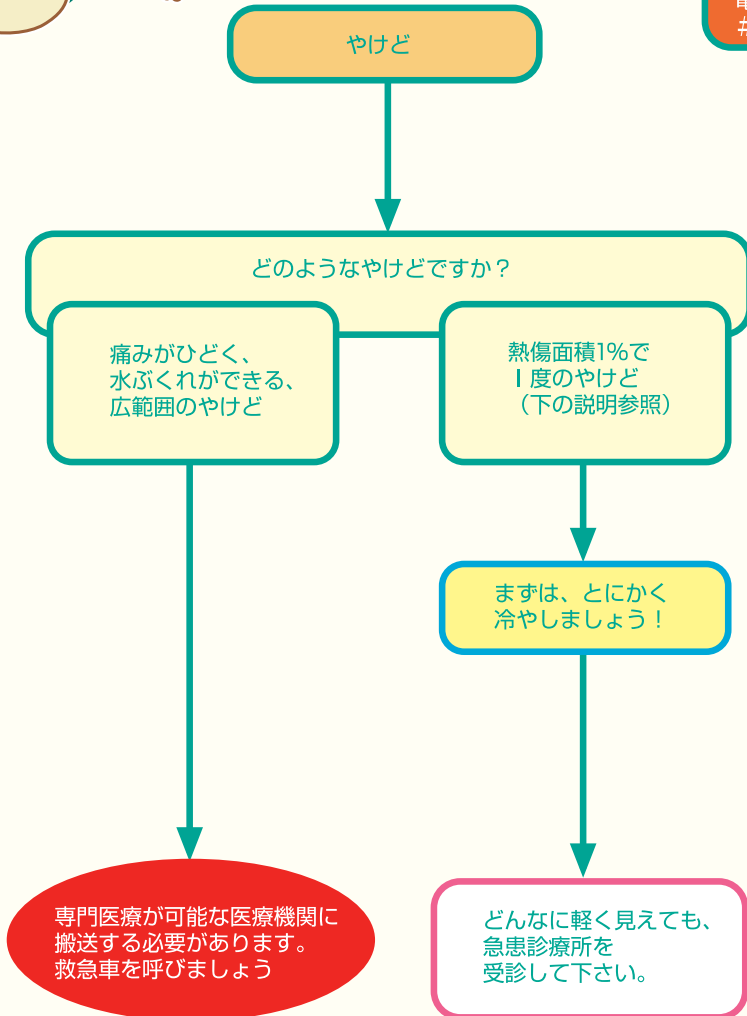
ハチに刺されたときの対処方法

1. 毒のうに注意をして針を抜きます。ハチの針には毒のうがあり、それを押さえると毒が注入されるのでつかむ部分に気をつけましょう。
2. 毒を絞り出すように刺された部位を周囲から圧迫し、洗い流します。
3. 刺された箇所ステロイド軟膏を塗ります。なお、アンモニアは効果がありません。



やけど

問い合わせ
電話相談
#8000



やけどの程度

- やけどの範囲のことを熱傷面積といいます。子どもの手のひらの大きさを1%の熱傷面積とし、やけどの範囲を測ります。
- 1度とは熱傷の程度を表しています。1度のやけどは、水ぶくれがなく、皮膚表面が乾燥している、軽症のやけどです。

やけどを冷やすときのポイント

- 冷やすのは流水（水道水）でも、氷でもかまいません。
- 最低20～30分間以上を目安に冷やしましょう。



不機嫌

問い合わせ
電話相談
#8000

不機嫌

次のうちの症状がみられますか？

意識がおかしい。

- ぐったりしている。
- 元気がない。
- ボーッとしている。
- 眠りがちだ。
- ぐずる。
- いつもと違って何となく変だ。
- ミルクを欲しがらない。
- 顔色が悪い。
- 熱がなくて（ふだんよりも体温が低く感じる）、グッタリしていて水分も受けつけない。

この欄に
「はい」がある

左の欄に「はい」はなく、
この欄に「はい」がある

救急車を
呼びましょう

急患診療所を
受診して下さい。

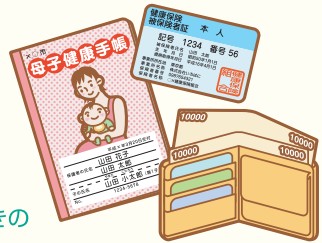
救急車の呼び方

まずは119にダイヤルを！

- (1) 局番なしの「119」をダイヤルします。
- (2) 「救急車をお願いします」と伝えます。
- (3) 次のことを伝えましょう。
 - お子さんの年齢
 - お子さんの名前
 - 住 所
 - 電話番号
 - 場所の目標となる建物
- (4) お子さんの症状を伝えましょう。

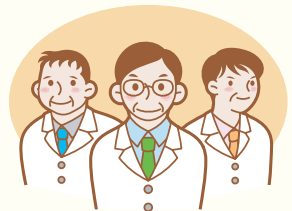
救急車を待っている間

- (1) 次のものを準備しましょう。
 - 健康保険証
 - 母子健康手帳
 - お金
- (2) 玄関の鍵を開けておきましょう。
- (3) 家族や近所の人がいれば、救急車が到着したときの誘導をお願いします。



救急車で病院に行くとき

- (1) 救急救命士の指示に従いましょう。
- (2) 家を出る前に火元を確認！
- (3) あわてて、お子さんをダッコして救急車に乗った時、靴を忘れることがあります。
入院せずに、帰宅することもあるで靴も持って行きましょう。
- (4) 戸じまりを忘れずに！



救急の時の連絡場所をひかえておきましょう。



病 院

1. 急患診療所 (施設名: _____ tel: _____)
2. 救急病院 (施設名: _____ tel: _____)
3. 小児科 (施設名: _____ tel: _____)
4. 外 科 (施設名: _____ tel: _____)
5. 耳鼻科 (施設名: _____ tel: _____)
6. 眼 科 (施設名: _____ tel: _____)

保健福祉関係

1. 保健センター (施設名: _____ tel: _____)
2. 保育園・幼稚園 (施設名: _____ tel: _____)
3. その他 (施設名: _____ tel: _____)

memo

A series of horizontal dashed lines for writing.

おかあさんのための救急&予防ノート

こどもの救急

<http://kodomo-qq.jp/>

監修 総合南東北病院小児生涯心臓疾患研究所
編集 日本大学医学部 小児科
東邦大学医療センター大森病院 小児科

中澤 誠
稲毛 康司
松裏 裕行

平成19年度厚生労働科学研究費補助金
医療安全・医療技術評価総合研究事業
小児救急のあり方に関する研究 主任研究者 衛藤義勝

小児初期救急
すぐに急患診療所へ行くべきか？ 明日まで待つべきか？
「こんな時どうすればいいの？」
公益社団法人 日本小児科学会

無断掲載禁止



公益社団法人 日本小児科学会 JAPAN PEDIATRIC SOCIETY

Copyright 2006 JAPAN PEDIATRIC SOCIETY. All rights reserved.

こどもの救急

<http://kodomo-qq.jp/>



公益社団法人 日本小児科学会 JAPAN PEDIATRIC SOCIETY
Copyright 2006 JAPAN PEDIATRIC SOCIETY. All rights reserved.

症状の相談(どうしていいか、わからなくなったら)

長野県小児救急電話相談

☎:局番なしの「#8000」 <<毎日午後7時～午後11時>>

つながらない場合: 0263-34-8000

お子さんの夜間のケガや急病等の際、対処に戸惑う時や、医療機関を受診すべきかどうか判断が難しい時に、応急対処の方法や受診の要否等について看護師などが助言を行います。

※ 電話での「相談」であるため、「診断」とは異なります。ご了承ください。

深夜・休日の救急

日曜・休日の当番医情報

休日の当番医は、お住まいの役場に電話(いつでも)でご確認
いただくか、以下の木曾広域連合ホームページでご確認ください。

http://www.kisoji.com/kisokoiki/gyoumu/hukusi/emergency_care/kyuukyuuiryou.html



長野県立木曾病院

☎:0264-22-2703 <<24時間(夜間・休日問わず)>>

発達の相談

木曾郡発達支援センター

☎:0264-52-5116 <<平日の午前9時～午後4時>>

お子さんの発達の課題、集団適応などの相談支援、学習支援のほか、相談に応じて発達検査や継続的カウンセリングなどを行います。(対象年齢:0～18歳)

印刷: 木曾広域連合(平成31年3月)

〒399-6101 長野県木曾郡木曾町日義4898-37

電話 0264-23-1050 FAX 0264-23-1052

この冊子は、公益法人日本小児科学会によって発行されている「こどもの救急」を、
長野県地域発元気づくり支援金活用により印刷しました。