

「もしも」にそなえて

子どもの救急 ガイドブック



海老名市

はじめに

子どもは、親にとってかけがいのないものであり、社会にとって次の時代を担う大切な宝です。

成長していく過程の中、いつ急病にかかるかわかりません。

特に、日曜日・祝日・夜間など、診療所や病院がお休みの時に、急にお子さんの具合が悪くなったらどうすればよいのか、迷うことはないでしょうか。

この冊子は

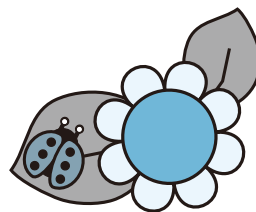
「すぐに救急医療機関へ行くべきか？ 明日まで待つべきか？」

について、簡単なガイドをしています。

日ごろから、このガイドブックを読み、いざという時あわてずに行動ができるようご活用ください。

また、救急医療機関受診の最終判断は、保護者の方が行いましょう。

なお、このガイドブックは、生後1か月から12歳くらいまでのお子さんを想定して編集しています。



この冊子の作成にあたっては、毎日新聞首都圏センターの協力を
頂いております。

もくじ

1 救急医療機関

救急医療機関	4
救急車の呼び方	7
相談窓口	8
かかりつけ医をもちましょう	10

2 どんな時に救急外来にかかればよいのか？

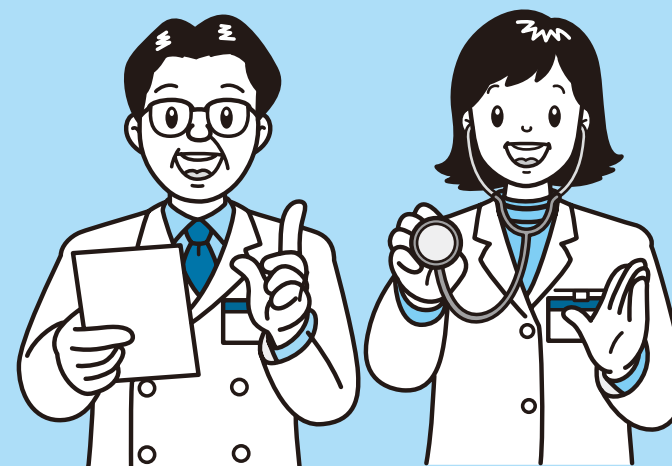
病院へ駆け込む前にまずチェック！！

①熱が出た	12
②けいれん・ひきつけ	14
③せきが出る	16
④下痢	18
⑤嘔吐	20
⑥お腹がいたい	22
⑦発疹	24
⑧いつもと様子が違う	26
⑨頭を打った	30
⑩出血	32
⑪指をはさんだ、爪がはがれた	34

3 子どもの事故の防ぎ方

子どもの事故の防ぎ方	36
------------	----

1 救急医療機関



救急医療機関

救急医療機関（座間・綾瀬・海老名小児救急医療センターや海老名市急患診療所）とは、**休日や夜間に急なケガや病気をした時に対応するところです。便利な時間外診療ではありません**ので、気軽に受診することは避けましょう。

皆様のご協力をお願いします。

受診の際には、健康保険証、小児医療証が必要です。忘れずに持参してください。母子健康手帳、服用している薬がある場合はその薬（または薬の名前がわかるもの）も用意しましょう。



休日昼間（日曜・祭日・年末年始12/29～1/3）

診療科目	名称・所在地・電話番号	受付時間
小児科 外科系除く	座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター 座間市緑ヶ丘 1-1-3 (座間市休日急患センター内) ☎ 046-255-9933	9:00～11:45 14:00～16:45
内科	海老名市急患診療所 海老名市さつき町 41 (医療センター内) ☎ 046-231-1912	9:00～11:30 14:00～16:30
外科	当番病院をご案内します テレホンサービス ☎ 046-232-0119 市役所 ☎ 046-231-2111	診療時間 8:00～18:00
歯科	海老名市休日歯科診療室 海老名市さつき町 41 (医療センター内) ☎ 046-231-1939	9:00～11:30 14:00～16:30
耳鼻咽喉科 眼科	当番病院をご案内します 消防署 ☎ 046-231-0355 市役所 ☎ 046-231-2111	9:00～16:30

夜間

診療科目	名称・所在地・電話番号	受付時間
小児科 外科系除く	座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター 座間市緑ヶ丘 1-1-3 (座間市休日急患センター内) ☎ 046-255-9933	月曜日～金曜日 19:00～21:45 土・日・祭日 年末年始 12/29～1/3 18:00～21:45
内科	海老名市急患診療所 海老名市さつき町 41 (医療センター内) ☎ 046-231-1912	月曜日～土曜日 19:00～21:30 日・祭日 年末年始 12/29～1/3 18:00～20:30
外科	当番病院をご案内します テレホンサービス ☎ 046-232-0119 市役所 ☎ 046-231-2111	診療時間 18:00～22:00

深夜 当番病院をご案内しますので必ず下記番号へ連絡してください

診療科目	名称・所在地・電話番号	受付時間
小児科 外科系除く	座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター 座間市緑ヶ丘 1-1-3 (座間市休日急患センター内) ☎ 046-255-9933 テレホンサービス ☎ 046-231-4402	22:00～翌朝 7:00 重傷の場合は 翌朝の 8:45
内科	テレホンサービス ☎ 046-232-0119 市役所 ☎ 046-231-2111	月曜日～土曜日 22:00～翌朝 8:00 日・祭日 年末年始 12/29～1/3 21:00～翌朝 8:00
外科	テレホンサービス ☎ 046-232-0119 市役所 ☎ 046-231-2111	診療時間 22:00～翌朝 8:00

救急車の呼び方

緊急を要する重症の場合は、次の要領で救急車を呼びます。
あわてないで、はっきりと状況を伝えてください。



① 119 番にダイヤルする。

なるべく一般電話で通報する。携帯電話の場合は、隣接の消防署につながることがあります。

② 「火事ですか、救急ですか」と尋ねられるので、「救急です！」と告げる。

③ 救急車に来てもらう場所を伝える。

- 住所（市区町村名から番地まで）、氏名、電話番号（携帯電話でも可）
- マンション等の場合は、マンションの名前、号棟、階、号室まで伝える。
- 場所がわからない場合は、目印となる建物や道路名などを伝える。

④ お子さんの年齢、症状などを伝える。

⑤ 救急車を待っている間に、次のものを用意する

- 健康保険証、母子健康手帳 ●小児医療証 ●お金、かかりつけ医の診察券
- 薬を服用している場合は、その薬（または薬の名前がわかるメモなど）

⑥ 救急車のサイレンが聞こえたら、可能なら場所を案内する人を出し誘導する

⑦ 救急隊員が到着したら、次のことを伝える。

- 救急車が到着するまでの容態変化
- 応急手当をした場合は、その内容
- 持病がある場合は、その病名、かかりつけ医

パニックにならず、落ち着いて、救急車が必要かどうか、冷静に判断しましょう。

相談窓口

◇かながわ小児救急ダイヤル（神奈川県）

夜間、お子さんの急な体調の変化や症状について、家庭でどのように対処すれば良いか、すぐに医療機関にかかる必要があるかなどについて、看護師等が電話で相談に応じます。

〈相談時間〉 毎日 18:00～22:00

〈電話番号〉 番号のかけ間違いにお気をつけください。

携帯電話、市外局番が 042 以外のプッシュ回線をご利用の方

8000

ダイヤル回線、IP 電話、市外局番が 042 の回線ご利用の方

045-722-8000

◇オンラインこどもの救急（社団法人 日本小児科学会）

ホームページ上でお子さんの症状にあったものをチェックしていくと、症状にあわせた対処法が表示されます。

〈ホームページアドレス〉 <http://kodomo-qq.jp/>



医療機関を受診するか
どうかの最終的判断は
保護者の方ご自身で！

中毒に関する相談窓口

医薬品や化粧品、タバコなどを誤って口に入れた場合の対処のしかたの相談窓口です。

◆神奈川県医師会中毒情報相談室

〈相談時間〉 毎日 24 時間対応

〈電話番号〉 045-262-4199

◆（財）日本中毒情報センター

大阪 中毒 110 番 〈相談時間〉 毎日 24 時間対応

〈電話番号〉 072-727-2499

つくば中毒 110 番 〈相談時間〉 毎日 9:00～21:00

〈電話番号〉 029-852-9999

※硬貨などの誤飲、食中毒、カビの生えた食品などについての相談には応じていません。

◆薬物情報電話サービス（神奈川県薬務課薬事・安全情報班）

〈相談時間〉 平日 8:30～17:00

〈電話番号〉 045-210-1111（代表）

◆たばこ誤飲事故専用電話（テープによる情報提供）

〈相談時間〉 毎日 24 時間対応

〈電話番号〉 072-726-9922



かかりつけ医をもちましょう

「かかりつけ医」とは、いつも診察してもらっているお医者さんのことです。具合が悪くなったら、早めに「かかりつけ医」に診てもらいましょう。

◇緊急の時のためにメモしておきましょう。

医療機関名：
電話番号：
診療日：
診療時間：
診察券番号：
病歴：
その他：

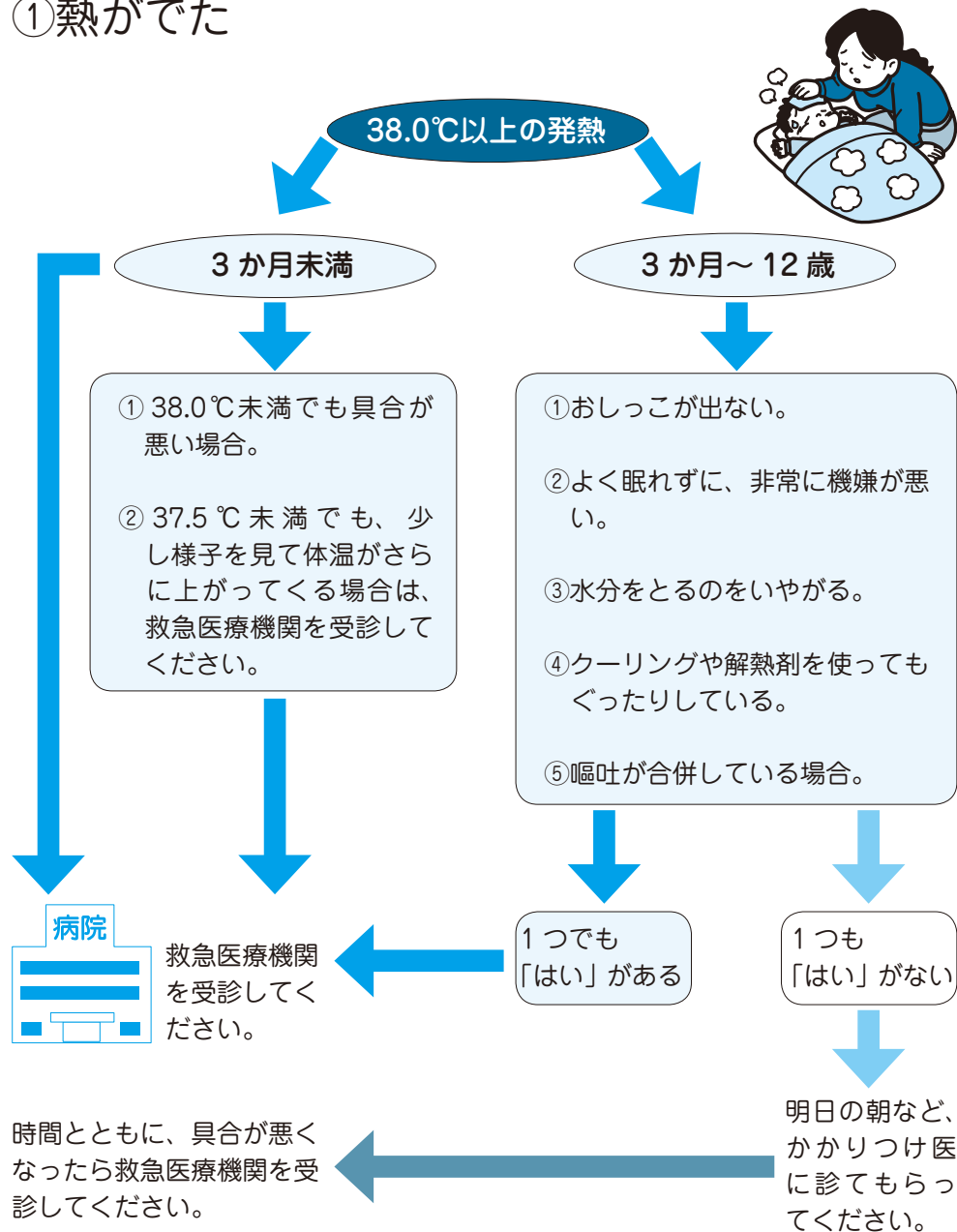
医療機関名：
電話番号：
診療日：
診療時間：
診察券番号：
病歴：
その他：

2 どんな時に救急外来にかかればよいのか？

病院へ駆け込む前にまずチェック！！

- ①熱が出た……………12
- ②けいれん・ひきつけ……………14
- ③せきが出る……………16
- ④下痢……………18
- ⑤嘔吐……………20
- ⑥お腹がいたい……………22
- ⑦発疹……………24
- ⑧いつもと様子が違う……………26
 - 泣き方が気になる……………26
 - 目の様子が気になる……………27
 - 耳の様子が気になる……………27
 - 鼻の様子が気になる……………28
 - 口の中の様子が気になる……………29
- ⑨頭を打った……………30
- ⑩出血……………32
- ⑪指をはさんだ、爪がはがれた……………34

①熱がでた



熱 ワンポイントアドバイス

看護の仕方

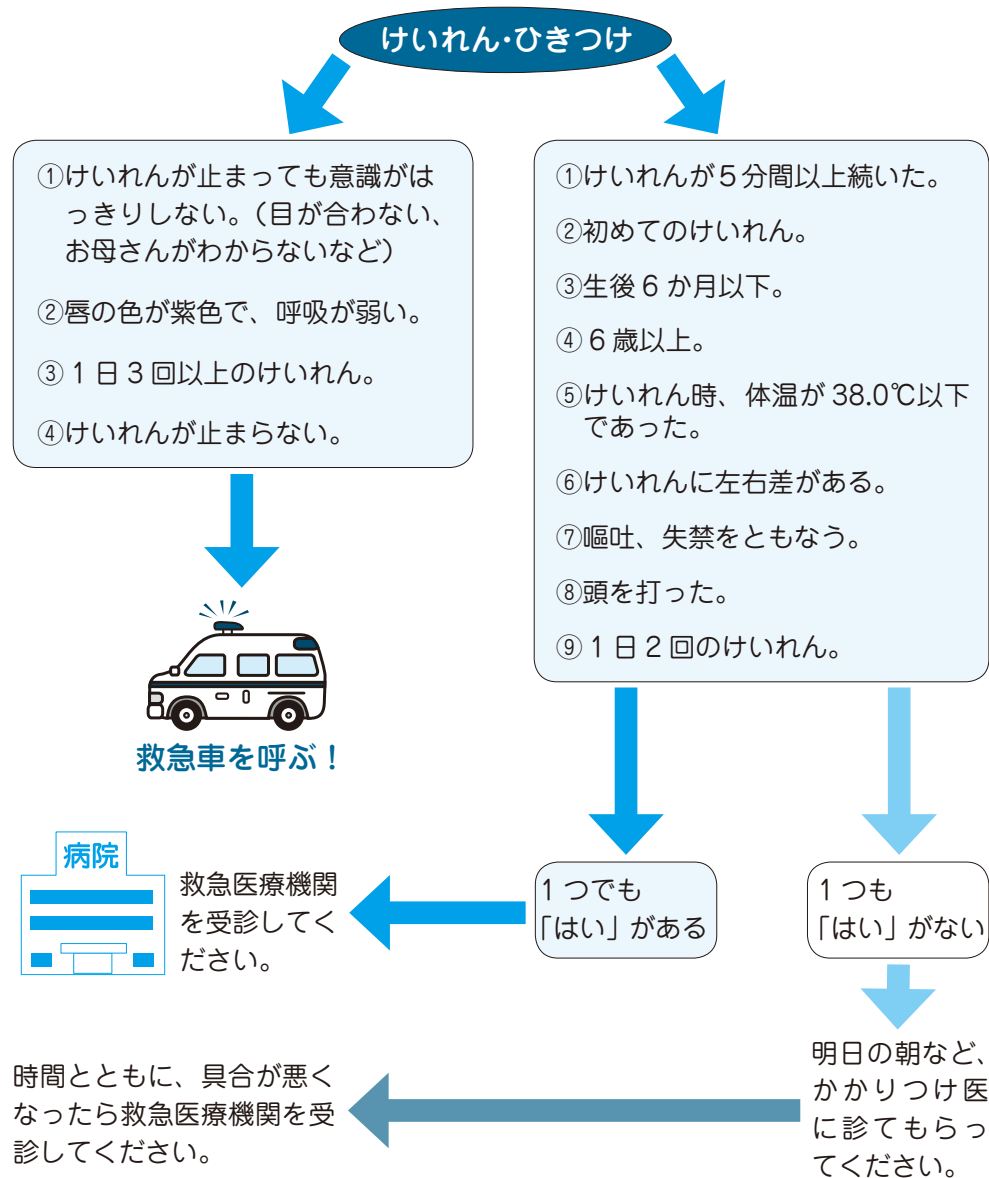
- わきの下の汗をふいてから体温を測りましょう。
- 汗をかいたら体をふき、しめった衣服やシーツを換えましょう。

- 食欲・発疹・せき・頭痛・吐き気・おう吐など他の症状の悪化に注意しましょう。
- 熱のために失われる水分を十分に補いましょう。
- 手足が冷たく寒気があれば体を温め、温かな飲み物を与えましょう。

- 直接風を当てないようにしましょう。
- 高熱時は嫌がらなければ頭や首を氷枕・氷のう・おしぼりで冷やしましょう。
- 室温・湿度を快適にし、新鮮な空気に換えましょう。

- 朝晩の平熱を知っておきましょう。
- こたつや電気毛布等に暖まりながら測るのはやめましょう。
- 熱に気づいたら30分後にも測りましょう。
- 経過をみるため朝昼夕3回測りましょう。
- 解熱剤の中には小児に使ってはいけないものがあります。解熱剤はかかりつけ医の指示に従って使いましょう。

②けいれん・ひきつけ



けいれん・ひきつけ ワンポイントアドバイス

看護の仕方

- 抱きしめたり、ゆすったり、たたいたり、大声を出したりしないでください。
- 平らなところに静かに寝かせ、呼吸がしやすいように衣服をゆるめてください。
- けいれんの際に吐いてしまうと、口やのどがふさがり危険です。顔を横に向けてください。
- 吐いたもので窒息を起こす危険性があるので、口の中にもものや指を入れしないでください。(けいれんの時に、舌や唇をかむことがあります。けいれんの始めだけに起こる事で心配はありません)
- 吐物やよだれはすぐふき取りましょう。
- 意識が回復するまで、目を離さず必ず付き添いましょう。
- 目の動き、手足の状態(左右差があるか)を見て、余裕があれば、けいれんの持続時間を計ってください。(初めての場合は、あわててしまい、何も分からなくても仕方ありません。)
- 発作中、呼びかけ等の刺激で目を覚ますか反応があるかみましょう。
- 静かな部屋で休ませましょう。

③せきが出る

せきが出る・ゼーゼーいう



- ①犬の遠吠えやオットセイの鳴き声のようなせき込みをしている。
- ②せきがひどくゼーゼーして、声がかすれた時。
- ③ゼーゼー、ヒューヒューして、息苦しそうである。
- ④水分がとれない。
- ⑤口の回りや、唇が紫色になる。(いわゆるチアノーゼ)
- ⑥熱もないのに、元気がとてもなくて呼吸が速い。



1つでも
「はい」がある



救急医療機関
を受診してく
ださい。

時間とともに、具合が悪く
なったら救急医療機関を受
診してください。

1つも
「はい」がない



明日の朝など、
かかりつけ医
に診てもらっ
てください。

せき ワンポイントアドバイス

看護の仕方

○急に激しくせき込んだときは口の中を見てみましょう。
異物が（ピーナッツや玩具のかけらなど）あるかもしれません。

○呼吸数・息づかい・顔色・手足の温かさ・爪・唇の色を観察しましょう。

○せき込むときは水分を少しずつくり返し与えましょう。

○せきで吐きそうなら固形食を控えるか、少量ずつ与えましょう。

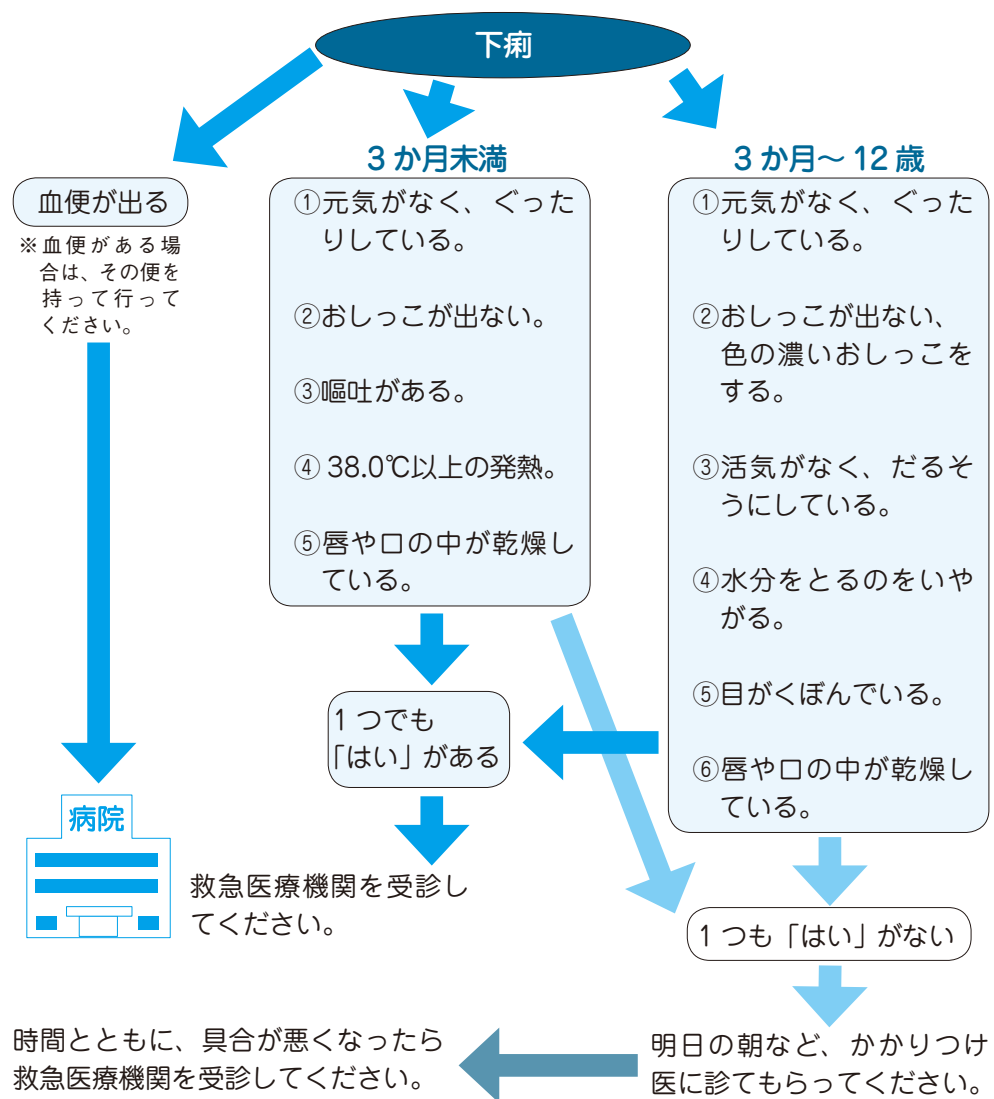
○部屋の乾燥を防ぎ、ほこりを立てないようにしましょう。

○煙・においをなくし、窓をとときどき開け、新鮮な空気と入れかえま
しょう。

○同じ室内でタバコを吸わないでください。



④下痢



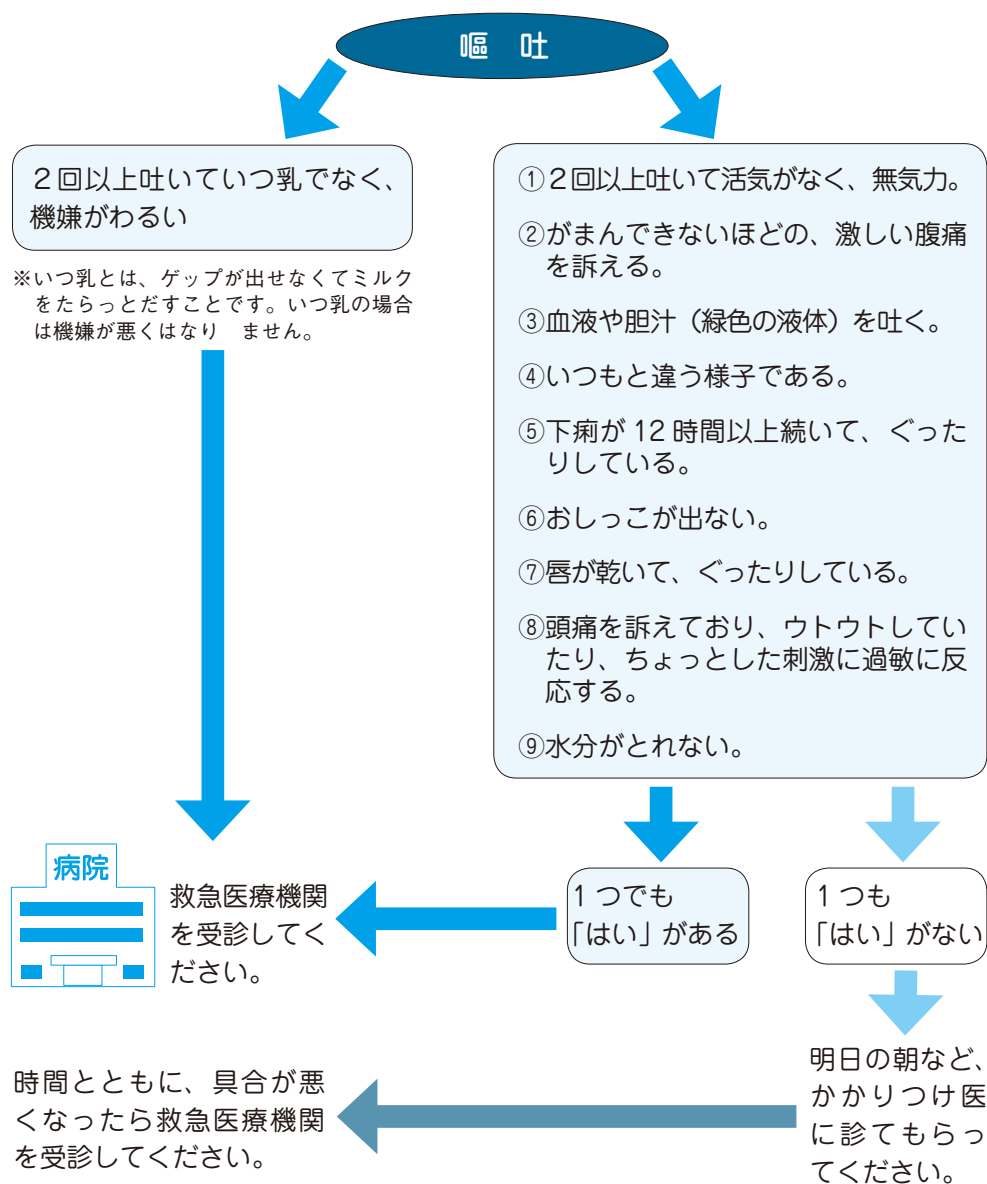
※下痢だけの症状で生後3か月以上で、おしっこがいつもどおり出ている時は、すぐに救急医療機関に行く必要は、ありません。翌日かかりつけ医に診てもらってください。

下痢 ワンポイントアドバイス

看護の仕方

- 下痢のときは、体から水分が失われるので、水分補給することが大切です。
- ミネラルの補給も忘れずに。(乳幼児用のイオン飲料は、水分、ミネラルを補給できます。)
- 離乳食は水分の多いものを与えましょう。
- 食事は、おかゆなど消化の良いものにしましょう。
- みかんやオレンジ等の柑橘類、牛乳、乳製品、肉や魚介類は控えましょう。
- 冷たいものは控えましょう。
- 下痢に加え、吐き気があるときは、余計に水分補給が必要です。吐き気があるときは、こまめに少量ずつ与えましょう。
- 下痢でおしりは湿った状態になります。また、何度もおしりをふくと、ただれてしまうこともあります。ウンチのたびに、シャワーなどでおしりのケアをしてあげましょう。
- 下痢便の回数、性状(血便、粘血便(粘液と血液が混じった便)、水様便、臭い)、おしっこの回数を記録しましょう。
- いつもと変わった便は、診断に役立ちますので、受診の際に持参しましょう。

⑤嘔吐



嘔吐 ワンポイントアドバイス

看護の仕方

- 吐き気の強い時に飲食をすとかえって吐くので、1時間は水分も中止してその後は水分を少量から開始し、水分が十分に飲めるようになったら、消化の良い固形物を少しずつ与えましょう。
- 水分とは、湯ざまし、お茶、子ども用イオン飲料等です。（乳児以外なら水道水もOKです。）
- 炭酸飲料、みかんやオレンジなどの柑橘類やジュースは避けましょう。
- 吐いた物を気管に吸い込まないように、寝ている時は体や顔を横に向けるなど注意してください。
- 吐いた物を始末したらよく手を洗いましょう。



⑥お腹がいたい

お腹がいたい

- ① 押すと強く痛み（がり）、お腹を硬くする。
- ② 激しく泣いてしばらく泣き止むことをくり返す。
- ③ お腹がパンパンにふくらんでいる。
- ④ 便に血液が出る。
- ⑤ 赤い尿が出る。
- ⑥ お腹を激しくぶつける。
- ⑦ おまた（陰のう、股のつけね）を痛がる。
- ⑧ コーヒーの残りがすのようなものを吐く。
- ⑨ 不機嫌だ。
- ⑩ 発熱がある。



1つでも
「はい」がある



救急医療機関を受診してください。

時間とともに、具合が悪くなったら救急医療機関を受診してください。

1つも
「はい」がない

明日の朝など、かかりつけ医に診てもらってください。

お腹がいたい ワンポイントアドバイス

看護の仕方

- トイレに行って排便させてみましょう。便秘かもしれません。
- 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、様子を見ましょう。
腹痛が強くなる時があるので、オレンジなどの柑橘系のものやジュース類は控えましょう。
- お腹を締めつける衣服はやめましょう。

- お腹を触って痛む所を確かめましょう。

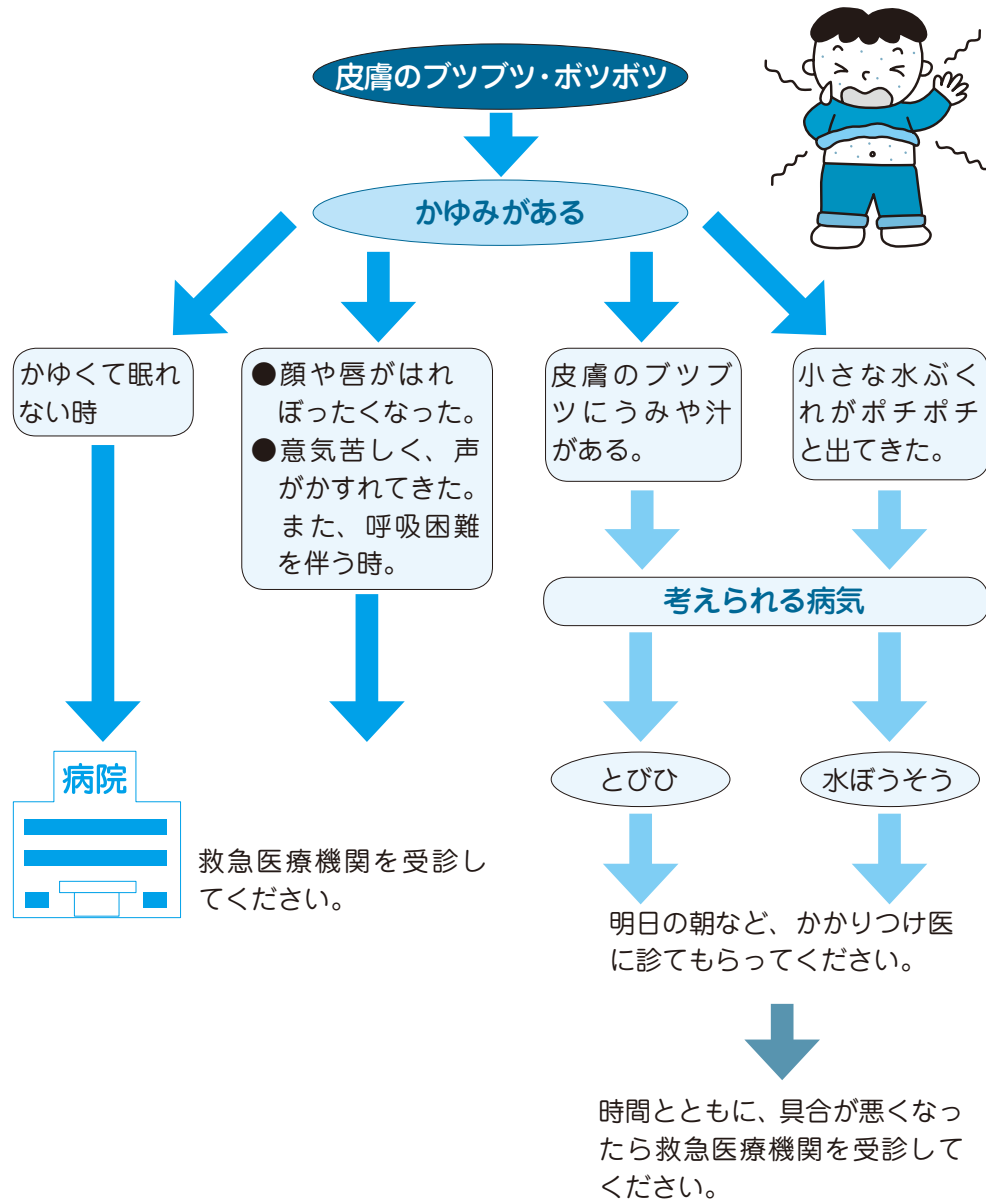
右下の方を痛がる時

虫垂炎（いわゆる盲腸炎）などがあります。

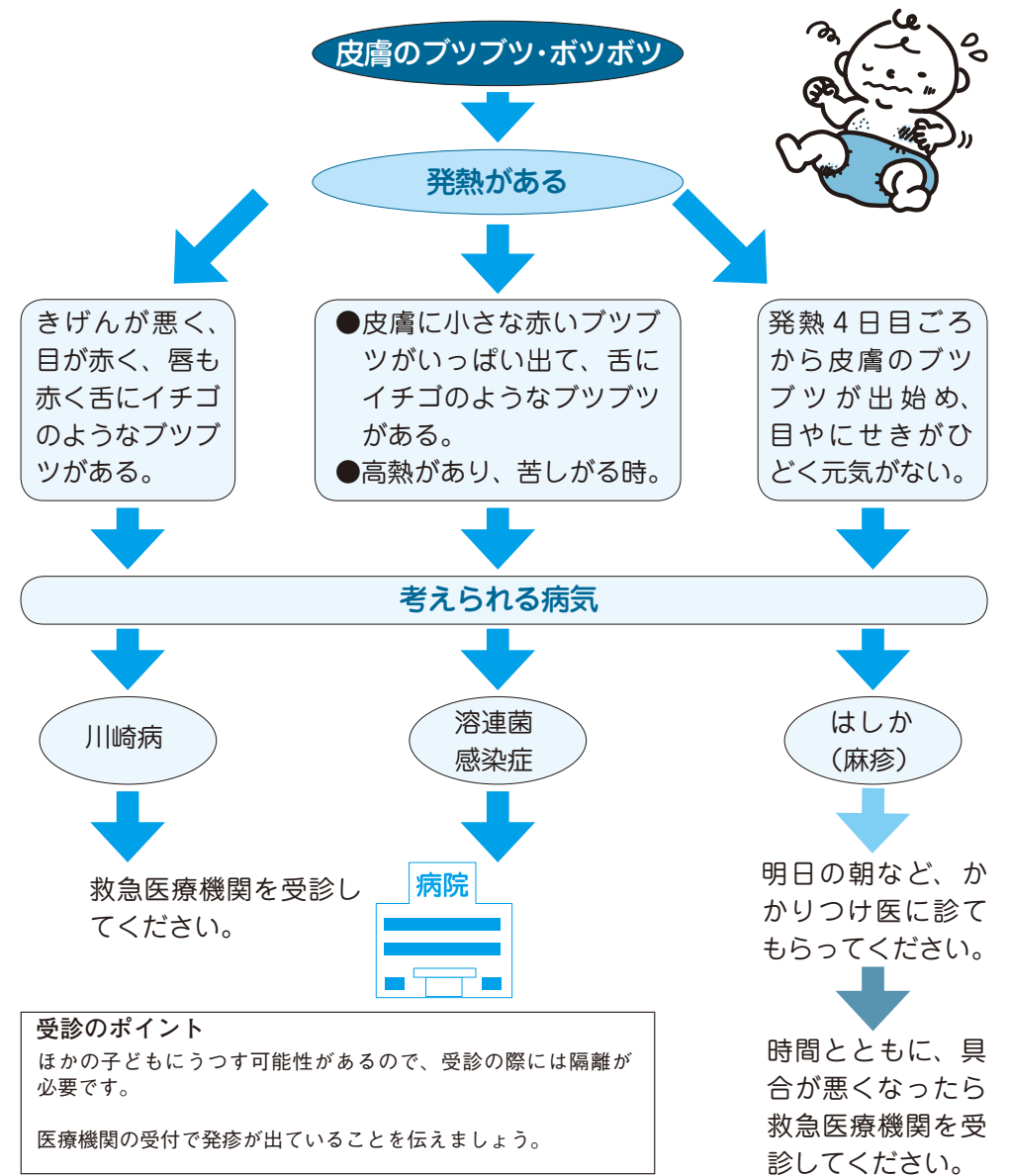
発熱、吐き気、激しい泣き方など他の症状があるか観察してください。

- お腹に炎症がある時（虫垂炎、胃腸炎など）には、炎症を悪化させるのでカイロや湯たんぽなどでお腹を暖めないようにしましょう。

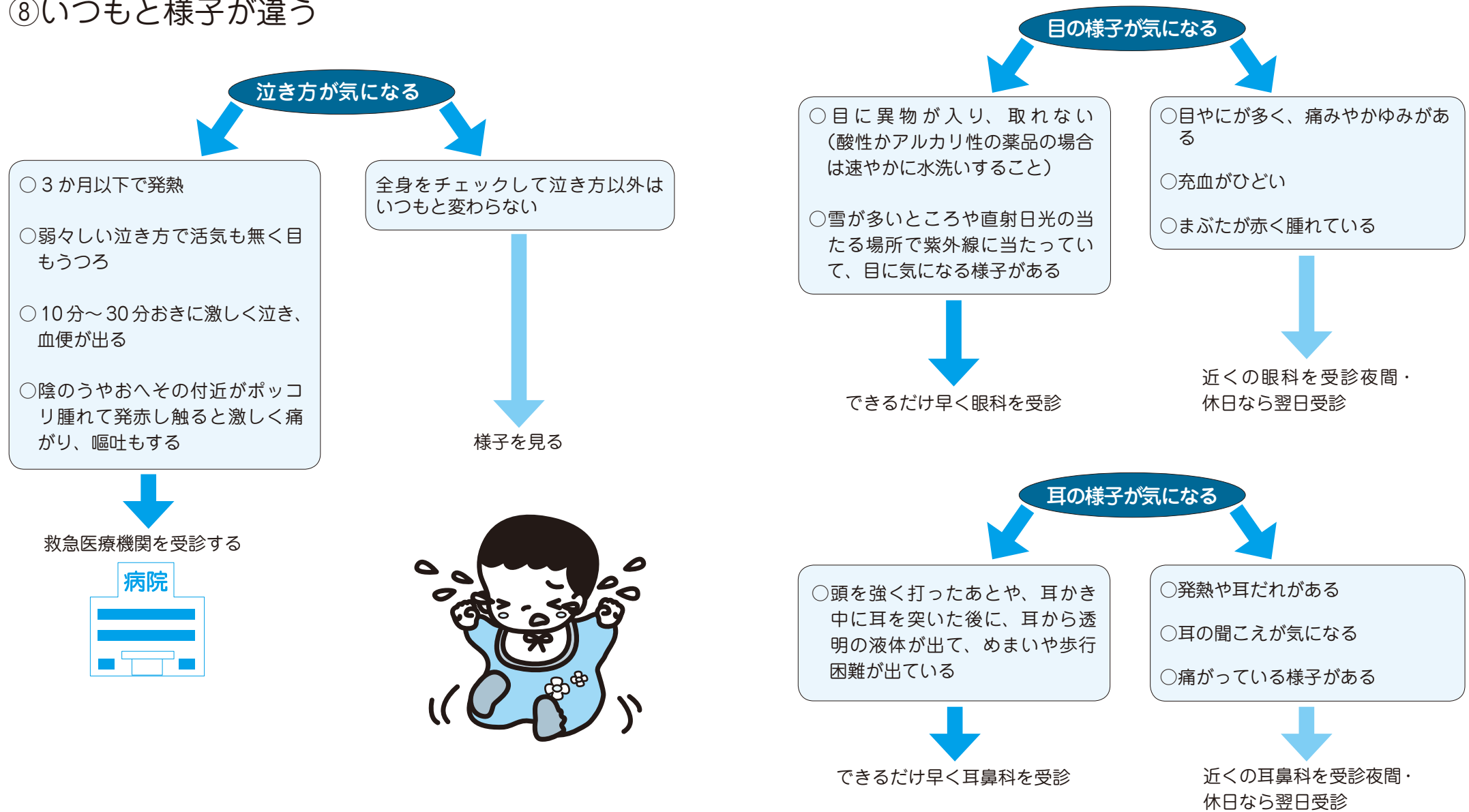
⑦発疹（1）



発疹（2）



⑧いつもと様子が違う



鼻の様子が気になる

鼻血が出る

鼻水が出る

- 圧迫しても大量の鼻血が30分以上止まらない
- 鮮やかな色の鼻血が拍動しながら多量に出る

- 鼻の穴をいじっていた
- 出血は少量

- 鼻水や鼻詰まりが続き、食欲がない

- 急な温度変化や、乾燥したり、ほこりっぽい場所にいた



救急車を呼ぶ！

救急医療機関を受診する



血がすぐに止まりくり返さなければ、様子を見る。くり返せば耳鼻科へ



かかりつけ医を受診。夜間・休日なら翌日受診

すぐに治まるようなら様子を見る

口の中が気になる

口の中に水泡ができる

- ほほの内側や舌の表面に白い斑点ができた
- 歯が黒くなり、痛がる

- 痛がって水分がとれない
- 尿が濃く少ない

- 食事や水分補給を工夫して水分がとれる

救急医療機関を受診する



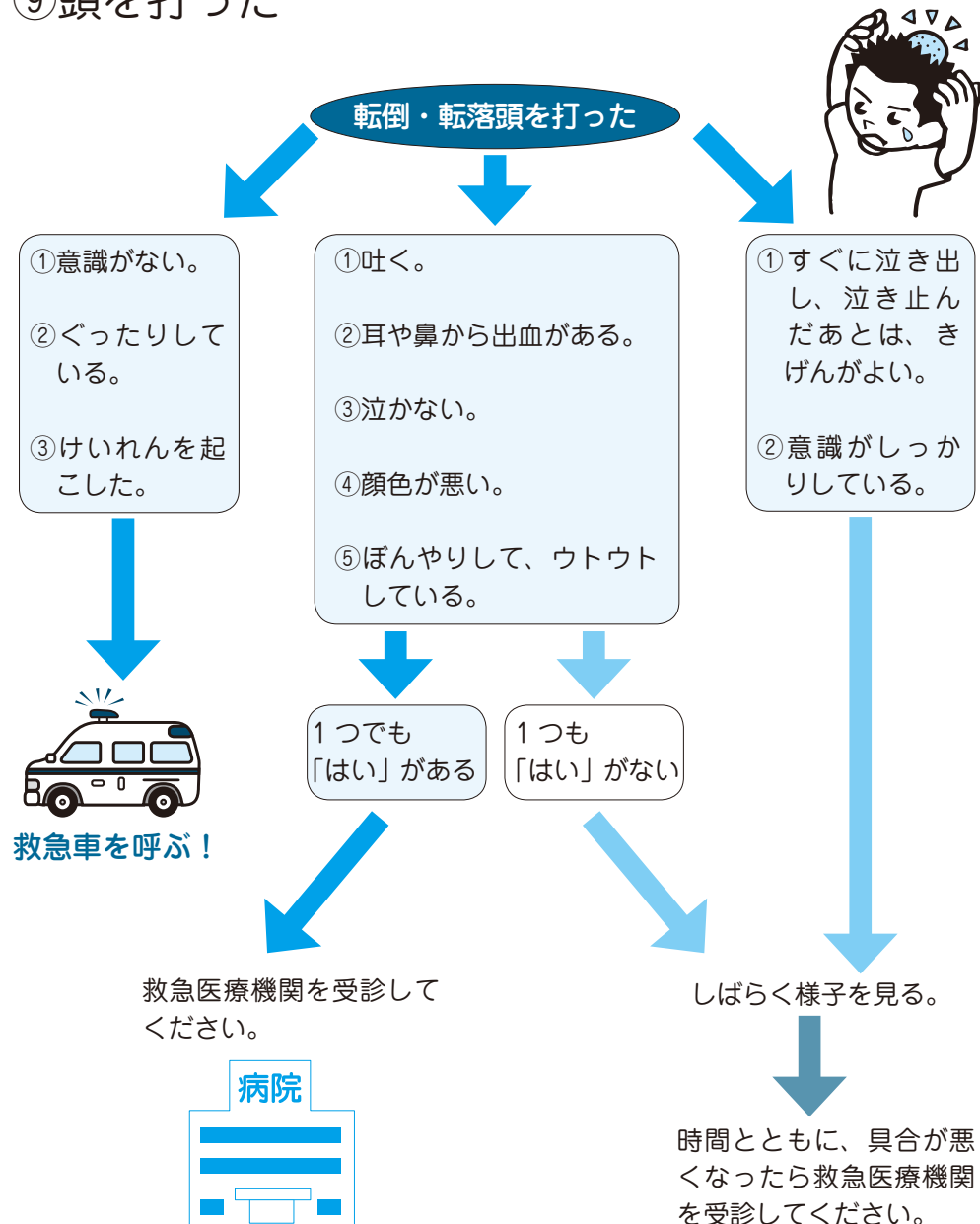
かかりつけ医を受診。夜間・休日なら翌日受診

おねがい

これから後のページの外科的疾患（⑨頭をうった ⑩出血 ⑪指をはさんだ 爪がはがれた）は座間・綾瀬・海老名小児救急医療センターでは、診療していません。

外科の当番病院で診察を受けてください。

⑨頭を打った



頭を打った ワンポイントアドバイス

事故防止

- はさみ、鉛筆、箸（はし）、棒など先のとがったものを持って転倒すると危険です。手の届かない安全な場所にしっかりしまっておきましょう。もし見つけたら取り上げましょう。
- 階段は、上がれないように、場所によっては柵を設けておきましょう。
- ベランダや窓の近くに、踏み台になるようなものを置かないようにしましょう。

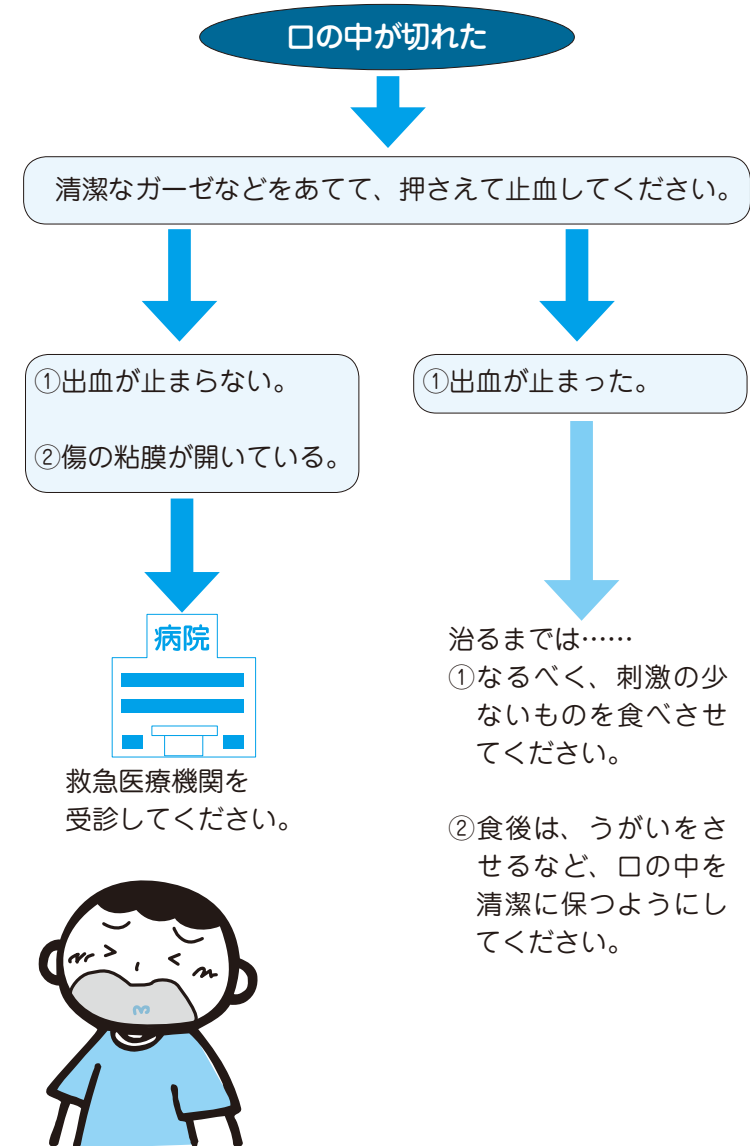
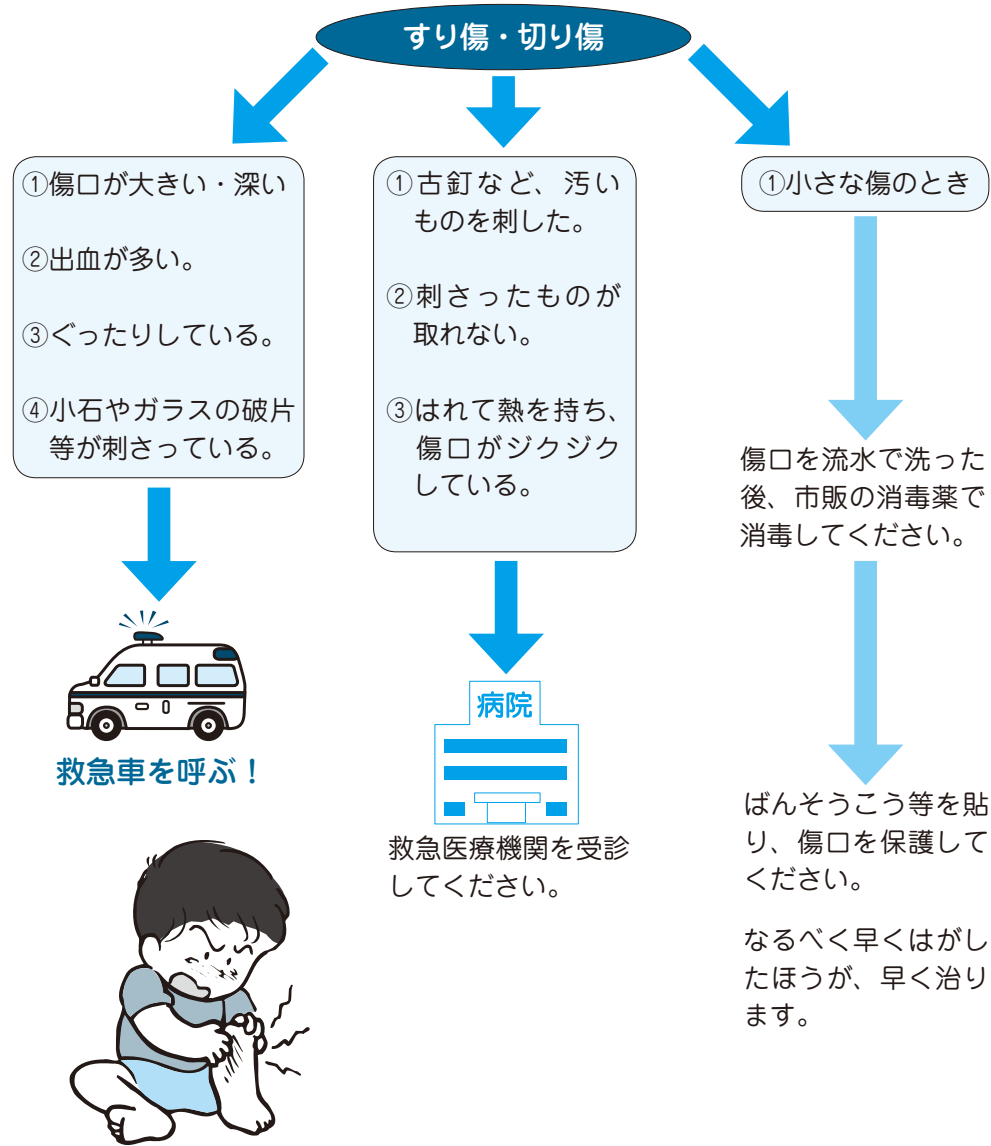
観察の仕方

- 頭痛や吐き気、嘔吐の有無、瞳の左右差、目や手足の動き。
- 頭を強く打っても、頭の骨に骨折がなく、意識障害もなく、目や手足の動きにも異常がなく、さらに頭を打ってから2日間異常がなければ、心配ない場合が多いです。
- しかし、頭の中に出血が起これると、頭を打った直後はなんともなくても、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。よく観察してください。

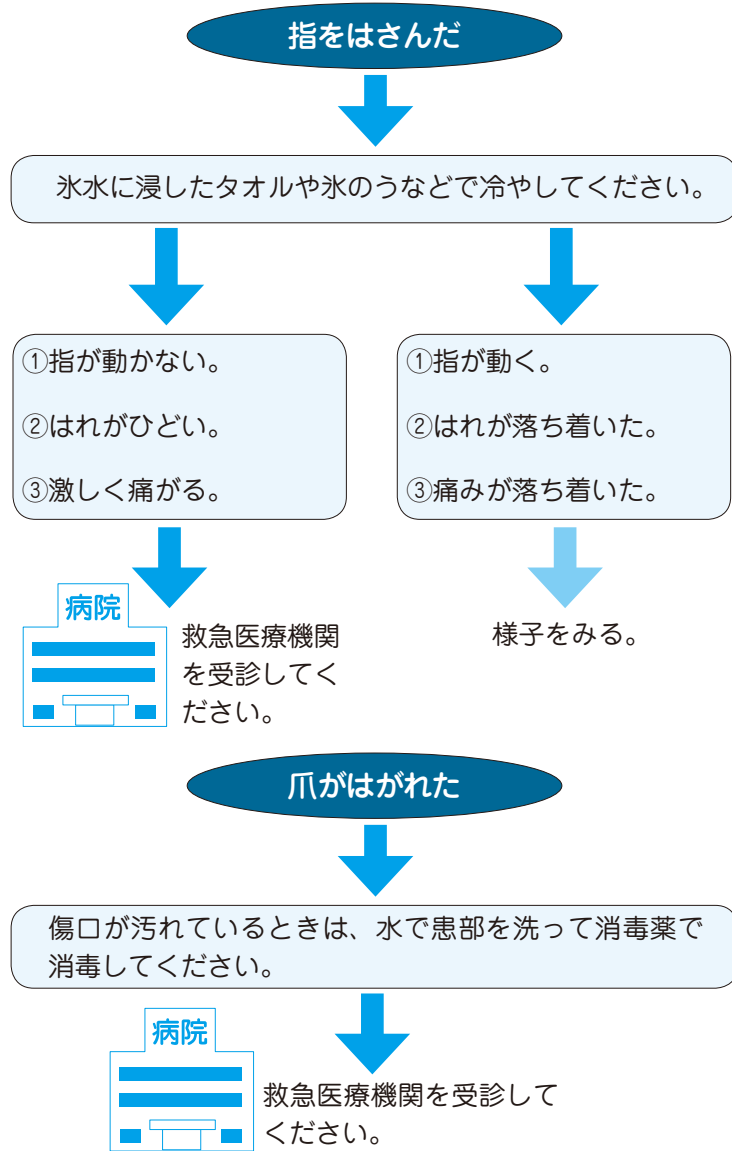
看護の仕方

- コブができた場合は、ぬらしたタオルや冷却シートなどで冷やして様子を見てください。
- 頭を打った後は、1～2日は入浴は避けましょう。
- 頭に出血が見られたら、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。
- 子どもは大人と違って嘔吐しやすい特徴があります。頭を打った後に何も異常がなくても吐くことがよくあります。1～2回吐いてもその後元気にしていればあまり心配がないことが多いです。

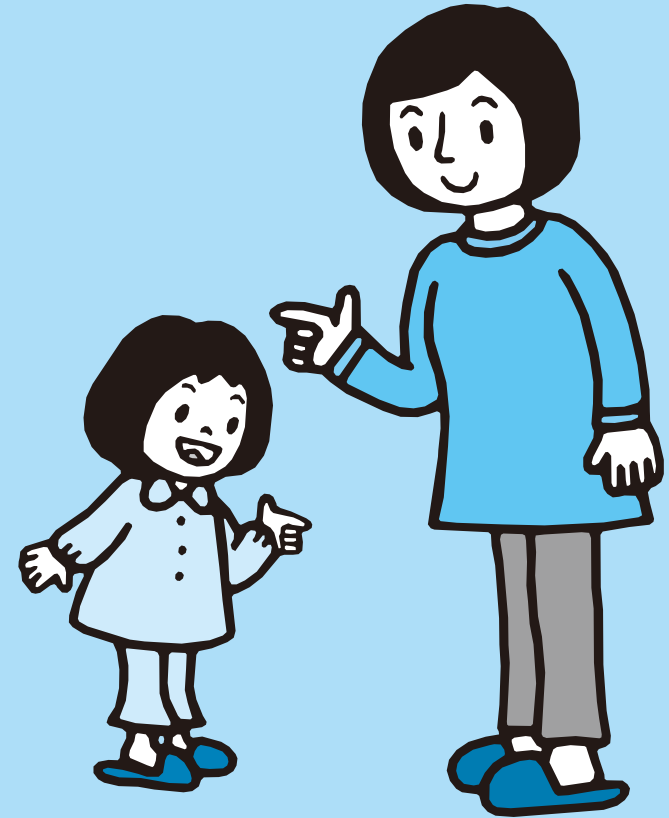
⑩出血



⑪指をはさんだ 爪がはがれた



3 こどもの事故の防ぎ方



子どもの事故の防ぎ方

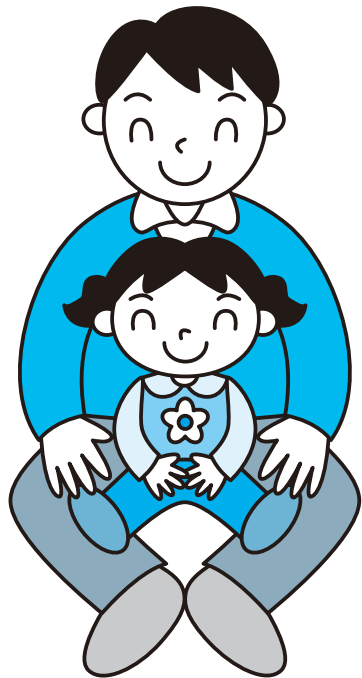
子どもの命を守るのは大人の責任です。

事故防止には最大限の注意を払い、命に関わるような事故は絶対に防がなければなりません。

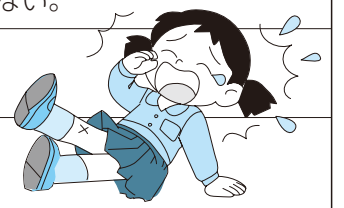
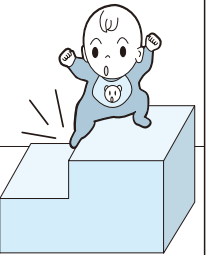
子どもの目の高さで周囲を見回して、危険なものがないか常に確認しましょう。

子どもからできるだけ目を離さないようにすることが大切です。

危険なことをした場合には毅然とした態度で示すなど安全のしつけをしましょう。



月齢・年齢	起こりやすい事故	予 防 の ポ イ ン ト
新生児～6か月 親の不注意による事故が多い時期	窒 息 事 故	<ul style="list-style-type: none"> ● 赤ちゃんの顔に物がかぶさり、窒息する危険があるため、赤ちゃんの側には、ひも類、ビニール袋などは置かない。 ● 寝具の環境を整え、布団は固めのものを選ぶ。 ● タオルや布団で赤ちゃんの顔を覆わないようにする。 ● 添い寝をしながら授乳をしない。 ● うつ伏せ寝はさせない。
	転 落 事 故	<ul style="list-style-type: none"> ● 少しずつ動いて移動していることがあるので、ベッドの柵は必ず上げておく。赤ちゃんを1人でソファなどに寝かせない。
	や け ど	<ul style="list-style-type: none"> ● 大人がうっかり熱い飲み物を赤ちゃんにかけてしまう、熱い風呂に入れてしまう等。大人が注意を！
7～11か月 行動範囲が広がり家庭内での事故が多い時期	窒 息 事 故	<ul style="list-style-type: none"> ● 多いのはたばこの誤飲。その他、防虫剤や化粧品、ボタン電池、硬貨などの誤飲もある。 ● 危険なものはすべて、赤ちゃんの手の届かないところ（床から1m以上）のところに置く ように。
	転落・転倒事故	<ul style="list-style-type: none"> ● ハイハイやつかまり立ちができ、動き回るようになり、いろいろな事故が起りやすくなるので、転落防止柵を設置するなど、あらかじめ・家庭内の安全対策を行う。（階段、玄関、部屋のドア、ベット、ソファ等）
	や け ど	<ul style="list-style-type: none"> ● ストープ、アイロン、炊飯器の蒸気その他、熱い食べ物をひっくり返したり、テーブルクロスごと引っ張って体に熱いものがかぶる事故がある。危険なものは遠ざけ、テーブルクロスはしないようにする。
1歳～4歳 活発に動き回り家庭内や外での事故が多い時期	溺 水	<ul style="list-style-type: none"> ● 浅い水でもおぼれることがあるので、浴槽の水は全て抜いておく。 ● 風呂のふたの上で遊んだりするので、風呂場には鍵をかけておく。 ● 洗濯機の蓋はしめておく。（水が入っている時） ● 海やプールでは、必ず側に大人がつくようにし、深い所には行かない。
	転 落 事 故	ベランダに踏み台になるものを置かない。
	交 通 事 故	外出時、危険な場所では手をつなぐなど目を離さない。



参考・引用文献

「子どもの急病！ガイドブック」/トヨタ関連部品健康保険組合

「病院に行く、その前に…チェックシート」/

県立柏原病院の小児科を守る会

URL <http://mamorusyounika.com>

本書からの無断の複製は堅くお断りします

子どもの救急ガイドブック(第2版)

監修・協力 海老名市医師会 小児科医会

印刷協力 毎日新聞首都圏センター

発行日 平成20年10月

発行 海老名市健康づくり課



えびな

あなたのフィールドへ。海老名市

海老名市役所 保健福祉部 健康づくり課（海老名市保健相談センター内）

〒243-0422 海老名市中新田377番地 電話：046-235-7880 Fax:046-235-7980

E-Mail:kenkou@city.ebina.kanagawa.jp URL:<http://www.city.ebina.kanagawa.jp>