

こども救急ガイド

救急の見極めとその後の対処



(1) ひとつでも当てはまったら局番なしの119番!!

- ☐ けいれんが5分以上続く。何度も繰り返す。止まらない。
- ☐ 息が苦しく、しゃべれない。呼吸が極めて困難になっている。
- ☐ 意識がおかしく、ボーっとして呼びかけに答えない。意識がない。
- ☐ ぐったりして顔が白く（青く）、くちびるや爪が紫色（青色）。
- ☐ 出血が激しく、止まらない。傷が大きく、深い。
- ☐ 広範囲のやけど（片腕や片足全部など）。やけどで皮膚が黒い（白い）。

ひとつもあてはまらなかったらあわてずに

(2) こどもの様子を確認しましょう

- ☐ 機嫌よく遊べる
- ☐ 水分が取れている
- ☐ よく眠れる
- ☐ おしっこが出ている

※全てあてはまればあわてずに、診療時間内に、かかりつけ医又は専門の科を受診しましょう。

月齢の低い（0～3か月）赤ちゃんの場合は症状が急変しやすいので、上記にかかわらず早めに受診しましょう。

(3) 受診が必要な場合

受診を決めたら、事前に受診可能な医療機関を確認しましょう。

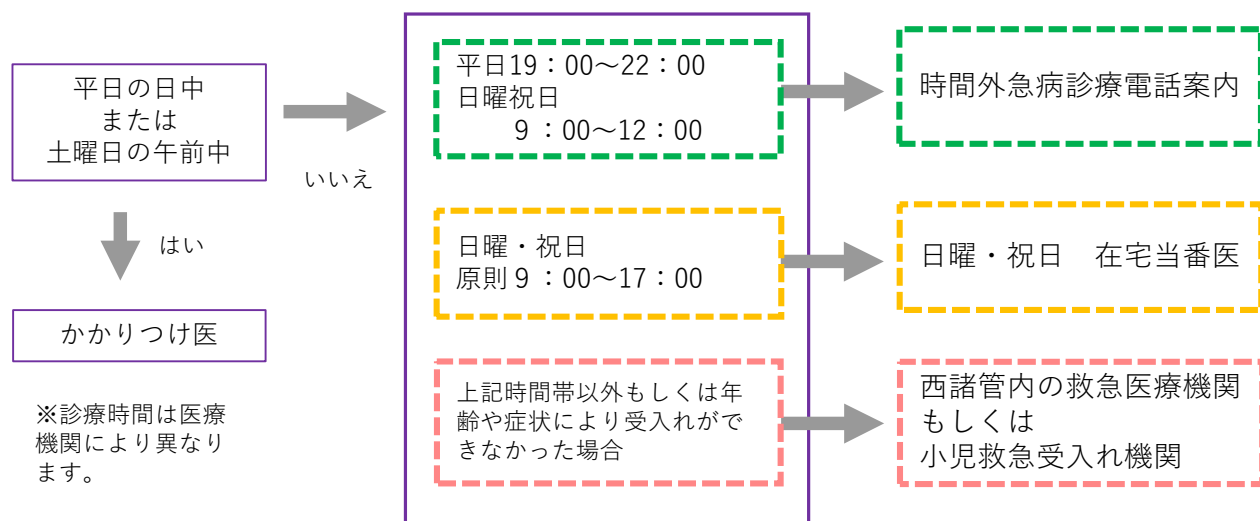
いろいろな症状があるときや、どの科を受診してよいか分からないときは、まずかかりつけの小児科を受診しましょう。

こどもの病気であっても、症状によっては、その専門の診療科への受診が適当である場合があります。

たとえば ●やけど → 皮膚科 ●切り傷など外傷 → 外科
●鼻血・他の症状がなく長引く鼻水 → 耳鼻咽喉科 など

※受診せずに様子を見るときも、適切な看護ときめ細かな経過観察が大切です。

(4) 医療機関受診のめやす



時間外急病診療電話案内・在宅当番医

●時間外急病診療電話案内

☎0984-23-8212

平日夜間：19時から22時まで

日曜祝日：9時から12時まで

（日曜・祝日は原則小児科対象）

※受診可能な医療機関を案内するもので、病気に
関する相談を受けることはできません。

●在宅当番医 原則 9時から17時

在宅当番医の情報は以下でご確認ください

①各市・町の広報紙やホームページ

②西諸医師会のホームページ

③新聞やNHK地デジデータ放送

※ 当番医が小児科でない場合があります。

※ 医療機関により、診療時間が異なる場合があります。

●西諸管内の救急医療機関

年齢や症状により受入れができないことがあります。

●小児救急受入れ機関（19時から翌午前7時まで）

◆宮崎市夜間急病センター小児科 ☎0985-29-0119

宮崎市北高松町5-30 県立宮崎病院敷地内（小林市中心部から車で約1時間20分）

◆都城救急医療センター ☎0986-36-8890

都城市太郎坊町1364-1（小林市中心部から車で約50分）

受診するべきかどうかで迷ったときは・・・ 宮崎県子ども救急医療電話相談

お子さんが急な病気やけがで心配なとき、ご相談ください。

【相談対象者】

・県内に住む15歳未満の子ども及びその保護者

※直接お子さんの状態を見ておこなう診断・治療ではないので、限界があることをあらかじめご承知ください。

プッシュ回線対応

固定電話、携帯電話

8000

ダイヤル回線からは

☎0985-35-8855

【相談時間】

365日 夜7時から翌朝8時まで

もしもに備えて

★受診のとき持っていくもの

- 子どもの健康保険情報が確認できるもの
- お金 ■各医療費受給者証
- 診察券 ■母子健康手帳
- お薬手帳（飲んでいる薬や薬の名前がわかるもの）
- お子さんの状態がわかるもの
（例：体温などを記録したメモ、便の入ったオムツ）
- 靴（そのまま入院することもあるため）

★持っていくと役に立つもの

- 着替え ■ビニール袋 ■オムツ
- タオル、バスタオル ■ティッシュペーパー
- 待ち時間のためのおもちゃや絵本

※緊急に備えて、これらをひとつのカバンなどに
まとめておくと便利です。

日本小児学会 「ONLINE こどもの救急」

日本小児科学会は、小児の救急外来の受診の目安
を保護者に提供する「ONLINE こどもの救急」を
WEB で提供しています。ぜひご活用ください。

対応言語：日本語、英語、簡体中文、繁体中文

（文書取扱 小林市こども課）

URL : <http://kodomo-qq.jp/index.php>



症状別対応方法

熱がでた

38度以上の熱で・・・

・次の項目に**1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！**

- | | | |
|--|---|------------------------------------|
| ☐ 生後3か月未満である | ☐ 不機嫌でぐったりしている | ☐ 呼吸がおかしい |
| ☐ 嘔吐（おうと）や下痢を繰り返す | ☐ 顔色が悪く、苦しそう | ☐ 水分を受け付けない |
| ☐ けいれんを起こしている | ☐ おしっこが出ない（とても少ない） | |

こんな時は様子を見ましょう

- ☐ 機嫌よく遊んでいる ☐ 水分や食事がとれている ☐ おしっこが出ている ☐ 発熱以外に重い症状がない



【看護のポイント】

- 呼吸・顔色・機嫌などの異常に注意しましょう
- 脇の下で熱を測るときは、脇の下の汗を拭きましょう
- 水分補給・着替え・換気はこまめに行いましょう
- 室温や衣類・寝具の調整しましょう
- 熱が下がると体は楽になりますが、病原体も活動しやすくなるため、解熱剤は辛そうな時だけ使うようにしましょう

高熱で脳がダメージを受けることはありません。

止まらないけいれんや意識障害、激しい頭痛といった症状は危険です。



けいれん・ひきつけをおこした

けいれんしている時間が・・・

● **5分以上続く** ● **意識の消失** の場合は、**すぐに119番！！**

【注意】

- ・叩いたり揺すらない！
- ・口に手などを入れない！

・5分以内に止まり、意識がある状態

次の項目に**1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう**

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ 生後6か月未満である | ☐ 激しい嘔吐（おうと）をとこなう | ☐ けいれんに左右差がある |
| ☐ ひどく顔色が悪い | ☐ 生後初めてのけいれんである | ☐ けいれんの後、手足にまひが残る |
| ☐ けいれんがおさまっても意識がぼんやりしている | ☐ 半日以内に2度以上繰り返してけいれんを起こした | |
| ☐ 一度眠ってしまったも、目覚めた際普段と様子が違う | | |

こんな時は様子を見ましょう

- ☐ けいれんが1回だけで5分以内 ☐ 目を開けて、周囲の呼びかけに反応したり、泣いたりする



【看護のポイント】

- けいれんの時間の確認と記録（長さ・回数）
- 衣服をゆるめる（呼吸が楽にできるようにしましょう）
- 顔を横に向けて寝かせる（嘔吐物による窒息防止）
- けいれんが止まったら体温を測る（診断の際の参考になります）
- こまめな経過観察（熱・目つき・手足の動き・吐き気など）
- 舌を噛まないようにと、口の中に指やものを入れてはいけません

あわてて抱き上げたり、ゆすったり、頬をたたいたりはいしないでください。

落ち着いて呼びかけ、反応を確かめてください。



※けいれん（ひきつけ）とは

急に体の一部または全身をピクピク・ガクガクさせたり、意識がなくなり白目をむいてグーツと突っ張ったりすることをさします。

急な発熱の際に起こす「熱性けいれん」と、大泣きして起こす「憤怒けいれん」は幼児によくみられます。

吐いた（嘔吐）

何度も吐く

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！

- | | | |
|---|--|---|
| ☐ 生後3か月未満である | ☐ 何も飲ませなくても何回も吐く | ☐ 吐いたあとと元気がない |
| ☐ 激しい泣き方を繰り返す | ☐ 強い頭痛や腹痛をともなう | ☐ ひきつけ（意識障害）を起こす |
| ☐ おしっこが半日くらい出ない | ☐ 大便に血液が混ざっている | ☐ 嘔吐と下痢を何度も繰り返す |
| ☐ 唇や舌（口の中）が乾いている | ☐ 吐いたものに血液（赤）や胆汁（緑色）が混ざっている | |

こんな時は様子を見ましょう。

- ☐ 食欲もあり機嫌もよい ☐ 吐き気がとまった後、水分が飲める ☐ 下痢や発熱がなく、全身状態がよい



【看護のポイント】

- 吐いたものが気管に入らないよう横向きに寝かせる
- 吐き気が強い間は、無理に飲ませない（吐き気止めは医師の指示に従う）
- 炭酸飲料、牛乳、柑橘系飲料（オレンジジュースなど）は飲ませない（吐き気が増すこともあります）
- 吐いたものを始末したら、よく手を洗う（感染の拡大を防ぐ）

吐いた後すぐに水分を与えず、吐き気がとまってから、湯冷ましか薄いお茶または市販の経口補水飲料をスプーンで少しずつ飲ませます。吐かなければ5～10分おきに徐々に量を増やして飲ませ、4～5回飲ませて吐かなければ診療時間内になってから受診しましょう。



【経過の観察】

- 吐いた回数（時間と経過）、吐いた内容の確認
- 腹痛（おなかを触って反応を見る）、下痢の有無
- 体温を測る
- 頭痛や機嫌、意識障害の有無

赤ちゃんの場合で

吐いた後にケロリとしていれば、心配ありません。

幼児の場合で

感染性胃腸炎の時は吐きやすくなります。

下痢をした

便の色、その他の症状をみる

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！

- | | | |
|--------------------------------------|--|--|
| ☐ 脱水症状がある | ☐ 高熱がある | ☐ おしっこの量が少ない |
| ☐ 便が水っぽく白っぽい | ☐ 機嫌が悪く水分がとれない | ☐ 下痢の回数が多い |
| ☐ 便に血液が混ざっている | ☐ 嘔吐（おうと）や強い腹痛がある | ☐ 便が海苔（のり）の様に黒っぽい |

こんな時は様子を見ましょう。

- ☐ 熱もなく、機嫌も良い ☐ 食欲がいつもと変わらず、水分が取れている ☐ おしっこが普段と変わりなく出る



【看護のポイント】

- お腹を冷やさない
- 水分補給を十分にする
- 下痢の回数や便の様子をメモする
- 発熱や発疹の有無を確認する
- こまめな「おしり」のケア（かぶれないようこまめに洗う）
- 自身の手洗い（感染症の可能性もありますので注意します）

下痢はお腹に入った悪いウイルスなどを体外に排出するためにおこります。下痢止めなどで抑えてしまうと、ウイルスなどが腸内で増えて、症状が悪くなることがあります。下痢を無理にとめないことも大切な治療です。



水分補給は、

下痢をしたあと、長くて3時間程度で湯冷ましか薄いお茶または市販の経口補水飲料を与えてください。最初は吐き気を示すことがありますので、多くても20ml程度で様子を見ます。回復期の食事としては、加熱した炭水化物（おかゆ・パン粥・うどんなど）を少量からとりましょう。炭酸・牛乳・柑橘系飲料や、消化されにくい食べ物は避けましょう。

便の色をチェックしよう

※便の色の目安です。色は食事の内容でも変わります

※便が水のように白色の時は感染症が疑われます。黒や赤色の時は上部消化管の出血や腸重積が疑われます。

正常な色   病的な色    正常な色でも、下痢が続くようであれば早めに受診しましょう。

おなかが痛い（腹痛・便秘）

おなかを痛がる

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ 赤い尿がでた | ☐ 大便に血が混じる | ☐ 下痢・嘔吐（おうと）をともなう |
| ☐ おなかが硬く張ってきた | ☐ おなかをかがめて痛がる | ☐ 泣き方が激しく泣き止まない |
| ☐ おなかが痛くて歩けない | ☐ 股のつけねや陰のうを痛がる | ☐ 顔色が悪く、ぐったりしている |
| ☐ 子どもからみて右下腹部を押すとひどく痛がる ☐ 赤ちゃんの場合、激しく泣いたり、間隔を置いて発作的に泣く | | |

こんな時は様子を見ましょう。

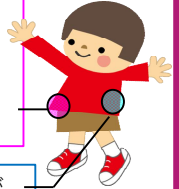
- ☐ 痛みが軽く、我慢できる、歩ける ☐ 排便によって痛みがおさまる

【看護のポイント】

- 自己判断で冷やしたり、温めたり、薬を飲ませたりしない
（おなかに炎症がある場合、温めると炎症を悪化させます）
- 簡単に痛みがとまるようなら、水分を少し飲ませる
（炭酸飲料や牛乳、オレンジジュース等の柑橘系飲料は飲ませない）
- 排便が3～4日ない場合、浣腸を試みましょう（市販のものを含み、年齢相当の用法・用量を守り使用すること）
- 排便で治ることもあるので、一度トイレに行かせてみましょう
便や尿が出たら異常がないかよく観察してください

おなかの右下を痛がる時は虫垂炎（盲腸炎）が疑われますので、発熱・吐き気・激しい泣き方などの他の症状があるか観察してください。

おなかの左上から左下にかけて痛がる時は便秘の可能性があります。



赤ちゃんの場合

話すことができませんので、顔色が悪く、手足を縮めたり体を丸めたりして激しく泣くときは腹痛を疑ってください。

幼児の場合

体調の悪さを腹痛という形で訴える場合があります。おなかのあちこちを軽く押して、どこが痛いかわかるように聞いてください。腹痛以外に原因があったとしても、本人に悪意はありませんので叱ってはいけません。

咳がでる・ぜえぜえする

咳がでる、ゼーゼー・ヒューヒューいう

- ☐ 息が苦しく、しゃべれない。呼吸が極めて困難になっている
- ☐ ぐったりして顔が白く（青く）、くちびるや爪が紫色（青色）

ひとつでもあてはまる場合は、**すぐに119番！！**

・次の項目に1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう

- | | | | |
|---|---------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 咳がひどく、とまらない | ☐ 咳込んで何度も吐く | ☐ 会話や歩行が困難 | ☐ 横になって眠れない |
| ☐ 呼吸が早く浅い。肩で息をする。鼻を膨らます（息苦しそうである） | ☐ 機嫌が悪く水分がとれない | | |
| ☐ 息を吸うと、鎖骨の上やみぞおち、肋間（ろっかん）や喉仏の下が引っ込む | | | |

こんな時は様子を見ましょう。

- ☐ 睡眠・食事・運動がいつもどおり ☐ 横になって眠っている
☐ 医師に指示された薬の吸入や内服で改善する（自己判断による咳止め薬の使用で咳を止めてはいけません）

【看護のポイント】

- 咳や喘鳴（ぜんめい）が激しい時は、部屋を加湿する
（加湿器や湿った洗濯物を干すなどしても効果的です）
- 口や鼻に蒸しタオルをあてる
（タオルの温度と、呼吸ができるように注意しましょう）
- 水分の補給（湯冷ましや薄いお茶など。痰が切れやすくなります）
- 柑橘系飲料（オレンジジュースなど）、牛乳は飲ませない
- 熱が高いとき、呼吸困難があるときの入浴は避け、症状が咳だけのときは軽く入浴し、湯冷めしないよう早く寝かせましょう。

急に咳込んだときは口の中に異物（おもちゃやビーナッツのかげらなど）がないか見てみましょう。

10分に1回程のゴホッという咳や、喘鳴（ぜんめい）が聞こえてもスヤスヤ眠れるときは様子をみても大丈夫でしょう。

発熱があるときや、何度も咳込んで吐くようなときは診察を受けましょう。



※ 喘鳴（ぜんめい）とは

鼻から気管支への気道に分泌物や痰（たん）が溜まり、狭くなっているときに聞こえる、ヒューヒュー・ゼーゼーといった音

ブツブツ、痛い・かゆい湿疹・発疹

ブツブツがでた

・次の項目に**1つでもあてはまる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！！**

- | | | |
|---|---|-------------------------------------|
| ☐ 薬を飲んだ後に出た | ☐ もりあがったリング状の輪っかがたくさん出てきた | ☐ 発熱をともなっている |
| ☐ 顔やくちびるが腫れぼったい。息苦しく声がかすれる | | ☐ 発疹がどんどん広がる |
| ☐ かゆみが強い | ☐ 機嫌が悪く目が赤い。くちびるも赤く、舌にイチゴのようなブツブツがある | |
| ☐ 足のヒザから下に暗い紫色の小さな点々が出ている。鼻血や関節痛、腹痛をともなう | | |

上記に、ひとつも当てはまらない場合は、しばらく様子を見て、診療時間内に受診しましょう

【看護のポイント】

- からだを温めない（温めるとかゆみが強くなり、冷やすと楽になります）
- 爪切りや手袋をさせる（患部を掻くと悪化します）
- 清潔を保つ（刺激の弱い石けんを使い、柔らかいスポンジや手で優しく洗い、きちんと洗い流します）

写真が撮影できれば撮影して、受診の時に見せてください。



【経過観察】

- 発疹がでた時の状況（食事、場所、薬の服用等）
- どんな発疹か（形、色、大きさ等）
- 全身状態（顔、くちびる、目、舌、ヒザ下等）
- 発熱の有無
- かゆみ、痛みの強さ
- 発疹の広がり

熱がある・・・感染症であることが多いようです。人にうつる場合がありますので、医療機関受診の際は熱があることを伝えましょう。

熱がない・・・場所により大きさや形の違う淡紅色で蚊にさされたような発疹は、じんましんや虫さされであることが多いようです。皮膚の症状だけであわてて受診する必要はありません。

誤飲・誤食（タバコなど）

異物を飲み込んで・・・

- | | |
|---|---|
| ☐ せきがひどく呼吸がおかしい | ☐ 嘔吐（おうと）・吐き気が止まらない |
| ☐ 颜色が悪い | ☐ けいれんを起こしている |

ひとつでもあてはまる場合は、**すぐに119番！！**

飲み込んだものが以下に該当する場合、**すぐに医療機関を受診！**

飲み込んだものに対応	水	牛乳	吐かせる
タバコの葉や吸い殻（タバコ2cm以上）	×	×	○
タバコを浸した灰皿や空き缶の汁	○	○	○
医薬品類	○	○	○
芳香剤・消臭剤等	○	○	○
防虫剤（ナフタリン等）	○	×	○
香水・ヘアトニック等	○	○	○
灯油・マニキュア・除光液等の揮発性物質（石油製品）	×	×	×
トイレ用洗剤・漂白剤等の強酸・強アルカリ	○	◎	×
金属・ボタン電池・不明物	×	×	×
水・牛乳：○飲ませる ×飲ませない 吐かせる：指をのどの奥にいれ舌を押し下げる			

落ち着いて周囲を確認し、何ほどの程度飲み込んでいるか確認しましょう。

受診の際は、飲み込んだものの成分がわかる説明書や箱、ビンなどを必ず持参してください。



中毒110番 （公益財団法人日本中毒情報センター）

化学物質（タバコ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによっておこる急性中毒について、実際に事故が発生している場合に限定し情報提供しています。

- ・ 大阪中毒110番（365日24時間対応）
☎072-727-2499
- ・ つくば中毒110番（365日9時から21時対応）
☎029-852-9999
- ・ タバコ誤飲事故専用電話
（365日24時間自動音声応答）
☎072-726-9922