



救急・医療



急な病気・体調が悪くなったら

救急車が必要？

意識が無い・もうろうとしている けいれんしている
呼吸していない 大きなやけど・ケガをした等

呼ばなきゃ！

そこまでではないかも…

まずは病院を調べたい

迷わず **119** へ

7119 救急相談センター
(東京消防庁)

または 03-3212-2323
24時間、相談医療チーム(医師や看護師等)が対応します。

8000 子供の健康相談室・
小児救急相談(東京都)

または 03-5285-8898
こどもの症状に関する相談に、看護師や保健師等が応じます。
●月～金(休日・年末年始を除く)
18:00～翌朝8:00
●土・日・休日、年末年始
8:00～翌朝8:00

診療時間中なら…

▶「かかりつけ医」に相談

休日・夜間なら…

▶24時間、医療機関を案内します。

医療機関案内
サービス「ひまわり」

TEL 03-5272-0303

慌てず、ゆっくり、オペレーターの質問に、**正確に**教えてください
電話すると、次のように伺います。

- ①「119番消防です。火事ですか？救急ですか？」→救急です。
- ②「住所(場所)はどこですか？」→墨田区〇〇■丁目▲番●号です。
- ③「誰がどうしましたか？」→こどもの意識がありません。
- ④「あなたのお名前と電話番号は？」→墨田太郎です。
000-0000-0000です。

聴覚障害者向け専用ファクシミリ
FAX 03-5285-8080

(24時間対応)

外国語医療情報サービス

TEL 03-5285-8181

(毎日9:00～20:00)



医療情報
ネットナビ

その他にも…

お子さんの症状や病気、ケガの対処法等が掲載されています。
日ごろから確認していると、役立ちます。【東京都子ども医療ガイド】



休日診療を実施しています。【健康保険の加入状況が分かる書類(資格確認書等)や医療証等を必ずお持ちください】

	診療日・受付時間	診療科目	住所・その他	電話番号
墨田区休日応急診療所	日・祝・12月29日～ 1月3日 9:00～21:30	内科 小児科	すみだ福祉保健センター内 向島3-36-7	03-5608-3700
すみだ平日夜間救急こどもクリニック 【15歳以下の急病患者が対象】	月～金 19:00～21:45	小児科	同愛記念病院診療棟1F 小児科外来内 横網2-1-11	03-3625-1231
歯科休日応急診療	日・祝・12月29日～ 1月3日 9:00～17:00	歯科	※診療日と場所は、毎月1 日号「区のお知らせ」また は区ホームページをご覧 ください	
整形外科日曜応急診療	日 9:00～17:00	整形外科		

異物を飲み込んだ場合の相談機関

中毒110番(日本中毒情報センター)

- つくば中毒110番(365日24時間対応) **TEL 029-852-9999**
- 大阪中毒110番(365日24時間対応) **TEL 072-727-2499**
- たばこ専用電話(365日24時間対応(テープ)) **TEL 072-726-9922**

お子さんがこんな 症状を見せたら

こんな症状が見られたら、ためらわずに**119番**に連絡してください。
重大な病気やけがの可能性あります。

頭

- 頭が痛いとい度も訴え元気がない
- 頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある

胸

- 激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- 呼吸が弱い

顔

- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い

おなか

- 激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
- 激しいおなかの痛みで苦しがる
- 嘔吐が止まらない
- 便に血がまじった

手・足

- 手足が硬直している

意識の障害

- 意識がない(返事がない)またはおかしい(もうろうとしている)

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、意識がもどらない

飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

じんましん

- 虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった



やけど

- 痛みのひどいやけど
- 広範囲のやけど



生まれて3か月未満の乳児

- 乳児の様子がおかしい



事故

- 交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた

◎その他、お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

救急車が来るまでに、**用意しておく**と便利なもの

- 健康保険の加入状況が分かる書類(資格確認書等)
- 診察券
- お金
- 靴
- 普段飲んでいる薬(おくすり手帳)

乳幼児の場合はさらに

- 親子健康手帳(母子健康手帳)
- 紙おむつ
- ほ乳瓶
- タオル



救急車が来たら、こんなことを**伝えて**ください

- 事故の状況や体調が悪くなってから救急隊が到着するまでの様子やその変化
- おこなった応急手当の内容
- 具合の悪い方の情報
持病、かかりつけの病院やクリニック、普段飲んでいる薬、医師の指示等
- 持病、かかりつけの病院やクリニック等は、日頃からメモにまとめておくとう便利です。



【出典元】総務省消防庁「救急車を上手に使いましょう」

(https://www.fdma.go.jp/publication/portal/items/portal002_japanese.pdf)を加工して作成



救急・医療



病気・ケガのときの対応マニュアル

子どもが病気でつらそうなときは、症状をしっかり把握して適切に対応しましょう。すぐに治療が必要な場合は、休日診療や救急医療機関(P84)を利用してください。

突然のケガや誤飲などのときは、迅速に慌てず対応することが重要です。日頃から知識を得ることで準備をしておきましょう。

! 下記の対応方法は、あくまでもひとつの目安であることを理解のうえ、各自判断してください。わからないときは、救急相談センターや子供の健康相談室・小児救急相談(P84)へ相談してください。

38℃以上の発熱



家での対応

元気があって他の症状がひどくなければ慌てなくても大丈夫。

- ▶ 寒がる、ふるえているときは体を暖める。
- ▶ 熱が上がってきたら厚着を避け冷やす。
- ▶ 水分は普段よりも少し多めにとる。

こんなときは すぐ病院

- ☐ 元気が38℃以上
- ☐ 食欲がなく機嫌が悪い
- ☐ 耳やのどをひどく痛がる



こんなときは 救急車

- ☐ 顔色が悪い
- ☐ ぐったりしている
- ☐ 意識がない



吐いた



家での対応

- ▶ 吐いた直後はすぐに水分をとらない。
- ▶ 落ち着いたたら、ひとくち飲ませ様子を見る。
- ▶ 一度にたくさん与えるよりも、量を減らして頻回にあげる。
- ▶ 症状が治まってきたら、少しずつ水分の量を増やし、投与間隔をあけてあげる。

こんなときは すぐ病院

- ☐ 何度も繰り返し吐く
- ☐ 水分がとりにくい



こんなときは 救急車

- ☐ ひどい腹痛や頭痛
- ☐ 意識がはっきりしない
- ☐ ぐったりしている
- ☐ おしっこが長時間でていない



せきがとまらない



家での対応

せきが続くときは、元気そうでも早めに病院へ。

- ▶ 突然始めたときは、異物を飲み込んだか喉頭炎の可能性も。
- ▶ 夜間は気道が敏感になったり細くなったり、せきが出やすくなります。

こんなときは すぐ病院

- ☐ 熱が38℃以上
- ☐ せきがひどくてゼーゼーいう



こんなときは 救急車

- ☐ ぐったり元気がない
- ☐ 苦しそう
- ☐ 唇が青い
- ☐ 呼吸がおかしい
- ☐ 何かを食べた後に急にせきこんだ



下痢をした



家での対応

- ▶ 脱水症状に気をつけ水分をこまめにとる。
- ▶ ジュース、柑橘類、ミネラルウォーターは下痢がひどくなるので避ける。
- ▶ おしりをこまめに洗いおむつかぶれを防ぐ。

脱水症状を見分けるポイント

- ☐ おしっこが少ない
- ☐ 泣いても涙がでない
- ☐ 皮膚が乾燥している
- ☐ 皮膚が冷たく白っぽい
- ☐ 目が落ちくぼんでいる
- ☐ 頭の骨がまだくっついていないへこみの部分(大泉門)がくぼむ

こんなときは すぐ病院

- ☐ 生後6か月以下で下痢の回数が多い
- ☐ 水分がとれない
- ☐ 機嫌が悪い、元気がない
- ☐ 発熱、嘔吐がある
- ☐ 何回も吐く



【出典元】東京都保健医療局「東京都子ども医療ガイド」
(<https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/>) を加工して作成

頭をぶつけた



すぐに対応

たんこぶができたとき

- ▶ 安静にして患部を冷やして様子をみます。

出血しているとき

- ▶ 傷口を閉じるようにガーゼで圧迫して安静にします。
- ⚠ 元気があっても1～2日は安静にして様子をみましょう。

こんなときは 救急車



- ☐ 意識がない
- ☐ けいれんがある
- ☐ 顔色が青ざめている
- ☐ 何回も吐く
- ☐ 激しい頭痛がある
- ☐ 大泉門(頭の骨がまだくっついていないへこみの部分)が膨らんでいる
- ☐ 理由もないのに機嫌が悪い

やけどをした



すぐに対応

- ▶ すぐに15～30分間水道水を流しっぱなしにして冷やします。
- ▶ 軟膏や馬油等を塗らずに病院へ行きましょう。

⚠ 服の上からのやけどは服を脱がさずに冷やしてください。

こんなときは 救急車



- ☐ やけどの程度がひどいと感じる
- ☐ 皮膚がかたくなっている
- ☐ 皮膚が白く変色している
- ☐ 皮膚が黒く変色している

【出典元】東京都保健医療局「東京都子ども医療ガイド」
(<https://www.guide.metro.tokyo.lg.jp/>) を加工して作成

誤飲をした

家での対応

飲んだものによって、緊急性の高いものや吐かせてはいけないものがありますので、対処早見表を確認しておきましょう。
基本的には吐かせずに、誤飲したものと同じものを持参して病院へ行きます。

誤飲対処早見表

飲んだものによって、緊急性の高いものや吐かせてはいけないものがあります。

症状	救急車を呼ぶ場合	☐ 苦しそうな呼吸 ☐ 窒息・顔色が青白い ☐ けいれん ☐ ぐったりしてよびかけてもぼんやりしている
	急いで受診 (このような場合は救急車でも)	☐ 突然咳き込み始めた ☐ 声がかすれている ☐ ゼーゼー、ヒューヒューした呼吸 ☐ 吐く、下痢、腹痛等
飲んだもの	救急車を呼ぶ場合	◆ 灯油、ベンジン、除光液、農薬、殺虫剤、ネズミ駆除剤 基本的には吐かせずに病院へ
	急いで受診 (症状がなくても)	◆ ボタン電池 ◆ 鋭利な異物(ヘアピン、針等) ◆ 磁石 ◆ 洗剤(トイレ用スタンプ、液体洗剤)・吸水性樹脂・水で膨らむビーズ・芳香剤・消臭剤・防虫剤・漂白剤 ◆ たばこ(吐かせる) ◆ 薬(お薬手帳があれば持参) ◆ コインやおもちゃ等
	家で様子を見る 診療時間内に受診	◆ 少量のインク、クレヨン、絵の具、粘土、化粧品(口紅・ファンデーション)、石けん(心配な場合は電話等で相談)



救急・医療

【出典元】こども家庭庁「こどもを事故から守る! 事故防止ハンドブック」
(<https://www.cfa.go.jp/policies/child-safety-actions/handbook>) を加工して作成

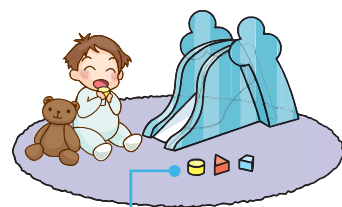


こどもの
目線で見ると

危険が
いっぱい!

うちの危険箇所チェック✓

うちの中には、こどもの興味を引く「危険」がたくさんあります。あてはまる場所や物の位置をしっかりと確認して、事故対策を家族で考えておきましょう。



おもちゃ

誤飲
小さなおもちゃは誤飲の可能性があり危険!

階段

転倒・転落

テレビ

テレビの落下によるけが

キッチン

刃物でのけが、熱い鍋等でのやけど
2歳くらいになると背伸びすれば届くので注意が必要。

ベランダ

踏み台があると登って転落
ベランダの柵の幅は大丈夫?

風呂場

浴そうへの落下
せっけん、シャンプー等の誤飲

暖房器具

湯気(スチーム)をさわってのやけど

電気ケトル

転倒時の湯漏れによるやけど
湯気(スチーム)をさわってのやけど、コードをひっぱる・かじる

洗面台

カミソリ、歯ブラシでのけが
洗剤等の誤飲 洗濯機への落下
2歳くらいになると背伸びすれば届くので注意が必要。

テーブル

テーブルクロスをひっぱって上のものの落下によるけが

ドア

指をはさむ、頭をぶつける
開く部分だけでなく、付け根の隙間も危険です。

アイロン

やけど
コードをひっぱる・かじる

ビニール袋

窒息の危険、誤飲

たんす・棚

引き出しでの指づめ

タバコ

誤飲・ライターでのやけど

トイレ

便器への落下

ソファ

転落

観葉植物

葉っぱや土の誤飲

ベビーベッド

落下

化粧台

化粧品の誤飲
指輪や口紅等小さなものは誤飲の可能性があり危険です!



救急・医療

もしものときの応急手当方法

心肺蘇生法

病気やケガにより突然心臓が止まったり溺れたりした場合、救急車を呼び到着するまでに、心肺蘇生を行う必要があります。

①大きな声でよびかけて反応を見ます。反応がない場合は救急車を呼びます。まわりの人に助けを求めてください。

②119番をしたら電話をハンズフリー設定にして、救急隊の指示にしたがって処置を行います。

⚠ 119番通報をしてから救急車がくるまでには、時間がかかります。その間の数分間に体へ血液が流れず酸素が届かなくなると、二度と機能が回復しません。一刻も早い手当てが必要です。

③心肺蘇生を行います。胸骨圧迫と人工呼吸の回数は30:2とし、この組み合わせを繰り返します。

胸骨圧迫
30回

人工呼吸
2回

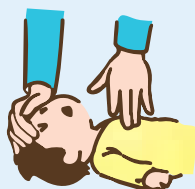


胸骨圧迫(心臓マッサージ)の方法

意識がなく呼吸が停止している場合は、胸骨圧迫による心肺蘇生を開始します。幼児でも乳児でも、胸の厚さが3分の1くらい沈む強さで、1分間100~120回のスピードで圧迫します。

幼児の場合⇒胸骨の下半分を、手のひらの根元で押します。

乳児の場合⇒左右の乳頭を結んだ線の中央で少し足側を、指2本で押します。(下図)



人工呼吸の方法

あお向けにして、頭を後ろに反らし、同時に顎の先を上を持ち上げ、気道を確認します。

幼児の場合⇒鼻をつまみ、口と口をくっつけて息を吹き込みます。

乳児の場合⇒口と鼻を一緒に覆い、胸が軽く上がる程度まで息を吹き込みます。



AED(自動体外式除細動器)の使い方

AEDは、心臓に電気的な刺激を与えて正常のリズムを取り戻す機械です。近くにAEDがあればまわりの人に持ってきてもらい、電源を入れて音声に従って使用してください。

①電極パッドを音声ガイダンスに従って設置します。未就学児には小児用パッドを使用します。ない場合、成人用を使いましょう。体が小さくてパッドが重なってしまう場合、片方のパッドを胸に、もう片方を背中に貼ります。

②パッドを貼ると心電図の解析をし、電気ショックの要・不要を判断します。電気ショックが必要であれば患者から離れたことを確認してショックボタンを押します。音声ガイダンスに従ってください。

③効果がない場合は胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を繰り返し、以後2分おきにAEDを操作します。

※この内容はJRC蘇生ガイドライン2020に基づいています。



【出典元】こども家庭庁「こどもを事故から守る! 事故防止ハンドブック」(<https://www.cfa.go.jp/policies/child-safety-actions/handbook>)
一般財団法人日本救急医療財団「救急蘇生法の指針2020(市民用)」(https://qqzaidan.jp/wp-content/uploads/doc-shishin/shishin2020_shimin_hp.pdf)を加工して作成



救急・医療