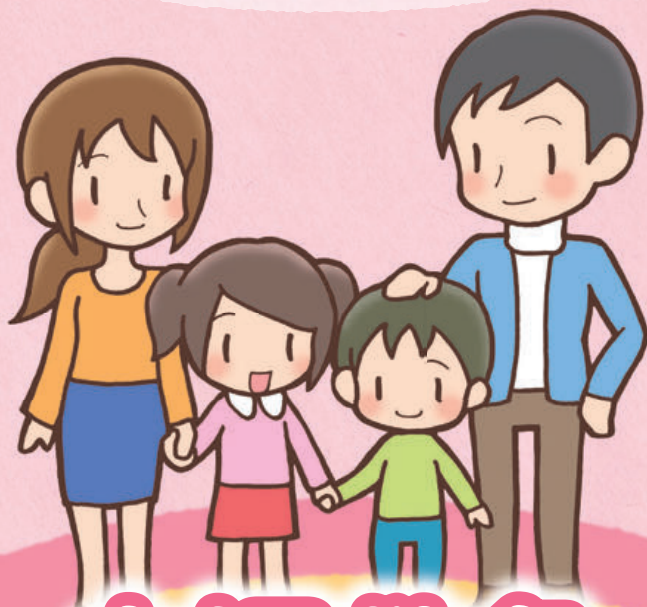


お願い

母子健康手帳のカバーに
入れて、保管してください



小児救急 ハンドブック

新 潟 市
監修：新潟市医師会
新潟市小児科医会

一 お子さんの健康と、それを支える体制を守るために 一

新潟市の小児救急医療体制は平成8年から現在まで、ほぼ24時間、365日カバーしています。

初期救急医療^{注1}は、新潟市急患診療センターで対応し、その後方支援として市内の病院が輪番で対応する二次救急医療体制^{注2}が確保されています。

現在、全国的に医師不足が問題となっており、特に小児科医が不足しています。新潟市においても同様な傾向にあることから、新潟市急患診療センターに出務する医師の確保や二次輪番病院の確保が困難な状況になっています。このような状況の中、このハンドブックをご活用いただき、お子さんの病気やけがの対応に役立てていただくことが、お子さんの健康と、それを支える体制を守るために非常に重要となります。

病気のときすぐに医療機関を受診するのではなく、ご家庭で症状に応じた対応をするほうが、お子さんにとっては負担が少なく、より適切な場合もあります。

お子さんの症状に不安を感じ、受診について悩まれる場合は、救急医療電話相談^{注3}などもご活用ください。

市民の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

注1・2 29ページの「新潟市の救急医療体制」参照

注3 32ページの「救急医療電話相談」参照



目次



● 病 気 編 ●

1. 熱がでたとき(発熱)P4
2. せきがでたときP6
3. 呼吸時にゼーゼーするとき(喘鳴)^{ぜんめい}P8
4. 吐いたとき(嘔吐)^{おうと}P10
5. 下痢をしたときP12
6. お腹が痛いとき(腹痛)P14
7. けいれん(ひきつけ)をおこしたときP16
8. じんましんがでたときP19

● け が 編 ●

1. 誤飲・窒息P21
2. やけどをしたときP25
3. 頭を打ったときP26
4. 手足などの打撲P28

● 参 考 ●

1. 新潟市の救急医療体制P29
2. 電話相談などP32

上手な受診の仕方

1. お子さんの様子を観察しましょう

- ・お子さんの異常に気づいた時は、様子をよく観察しましょう。医師はお母さんの話を聞いたうえで診察し、いろいろな病気の可能性を考えて必要な検査をします。
- ・「食欲はあるか」「熱はあるか」「機嫌はどうか」「下痢はどうか」、また「いつ頃から症状があるか」「今までかかった病気はあるか」「(他の病院にかかっていたら)薬はどんなものを飲んでいるか」など、要点を簡潔にまとめておくと良いでしょう。

2. かかりつけ医（ホームドクター）を持ちましょう

- ・お子さんの様子は成長とともに変化します。それらの変化を把握し、何でも相談出来るかかりつけの医師（ホームドクター）を持ちましょう。
- ・他の診療科や、総合病院での受診が必要であれば、かかりつけ医に紹介してもらえます。まずはかかりつけ医に相談し、医療機関は適切に受診しましょう。

3. できるだけ昼間に受診しましょう

- ・診察には、医師だけでなく看護師、検査技師、薬剤師など多くのスタッフが関わっています。昼間の診療時間内には、これらのスタッフが揃っているので、検査、投薬など

もスムーズに受けられます。すぐに救急外来を受診しなくても良い時は、通常の、昼間の診療時間に受診しましょう。

「夜間の方がすいているから」「昼間は仕事があるから」などの理由で、軽い症状でも病院の休日や夜間の救急外来を受診する方が増えています。このため、救急外来が混み合い、本当に重症で救急対応が必要な患者さんの診察が遅れるなど、重大な結果を招きかねません。休日や夜間の救急外来は、本当に必要な時のみ利用するようにしましょう。

また、救急外来では、数日分のくすりを出すことはまずありません。必要であれば、昼間に小児科を受診しましょう。

引用文献：「こどもの急病・事故」

発行 新潟県 監修 新潟県医師会

注意

このハンドブックは、お子さんが病気やけがをした時の対応の目安となるものです。「様子をみる」とある症状でも、状態が悪化するようであればすみやかに医療機関を受診してください。





熱がでたとき(発熱)

(お子さんの普段の体温を知っておきましょう)



● 子どもは、一般的に夕方から夜間にかけて熱をだすことが多いものです



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 生後3か月未満の乳児は、 38°C 以上
- 生後3か月以上の場合は、 38°C 以上の発熱のほか、吐いたり、ぐったりしている



様子を
見ましょう



子ども(小学生位まで)の体温の正常範囲は 37.5°C 未満です。高熱でも機嫌がよいか、呼吸が正常でスヤスヤ眠っている場合は、しばらく様子を見て
ください



ポイント

熱がでた場合の対応

- * 水枕や冷却用具などをタオルでくるんで、首の回りや腋（わき）の下にあててください
 - ▶▶▶ 冷やしすぎに注意してください
- * 平常時より薄着にしてください
 - ▶▶▶ 寒気がする場合は、逆に暖かくしてください
 - ▶▶▶ 汗をかいたら着替えさせてください
- * 水分の補給をしてください
 - ▶▶▶ 発熱があると水分が失われますので十分な水分の補給をしてください
- * 安静を保ってください



ポイント

解熱剤の使用について

- * 最近処方された解熱剤がある時は使用しても構いません。ただし、高熱の場合は解熱剤を使っても、下がらないこともあります
 - ▶▶▶ 無理に熱を下げる必要はありません
 - ▶▶▶ 子ども用を使ってください



発熱



せきがでたとき



せきには風邪やインフルエンザ及び気管支炎などによるものと、異物の誤飲・窒息などがあります



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- せき及び発熱があり、顔色が悪くぐったりしている
- せき込んで止まらない
- 呼吸が苦しそう



様子を
見ましょう

せきが出ていても、食欲や元気があり熱もなく全身状態が良い場合は、しばらく様子を見て翌日に「かかりつけ医」などを受診してください



ポイント

せきが出た時の対応

- * 水などを少し飲ませ、窓を開けて空気を入れ替えると症状が軽くなる場合があります
 - ▶▶ ジュース類や牛乳などは吐き気を催す場合がありますので、水かお茶を飲ませてください
 - ▶▶ せき込む場合は、少しずつ飲ませてください
- * せきがひどい場合は、水分を補給し、背中をさすってあげると痰（たん）が出やすく楽になることがあります。また、室内の乾燥に注意しましょう



ポイント

急にせき込んだ場合

- * お子さんが急にせき込んで苦しい表情をした場合は誤飲の恐れがあります
 - ▶▶ 21ページの「誤飲・窒息」を見てください



呼吸時に ゼーゼーするとき (喘鳴)



呼吸時に、ゼーゼーやヒューヒューという音が聞こえるのを「喘鳴（ぜんめい）」といい、これは鼻や気管支などの気道に分泌物や痰（たん）がたまるなど、空気の通り道が狭くなっている場合に聞こえます



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 強い喘鳴
- 苦しそうな呼吸で、発熱を伴う
- 顔色やくちびるの色が悪い
- 激しいせきをした後、息をヒューと吸いこむ
- 薬を飲ませて喘息の発作が治まらない



様子を
見ましょう

全身状態が良く元気な場合や、「ゼーゼー」と鳴っているが、呼吸が苦しそうでなく食欲もあり、スヤスヤ眠れるようなら様子を見て、翌日に「かかりつけ医」などを受診してください



ポイント

喘鳴(ぜんめい)がある場合の対応

- * 水分の補給を十分に行い、部屋の湿度を高くし室内が乾燥しないようにしてください
- * 水分を少量ずつ何回も飲ませ、背中をさすったり、たたいてあげると痰（たん）が出やすくなる場合があります





吐いたとき (嘔吐)



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 嘔吐が続き、水分を与えても嘔吐する
- 嘔吐と下痢を繰り返し、とまらない
- おしっこが半日くらい出ず、舌やくちびるが乾いている
- 吐いたものが黄色、緑色や赤茶色などのとき
- 嘔吐に加えて発熱や頭痛がある
- 嘔吐に加えて激しい腹痛がある
- 嘔吐のほか、便に血が混じっている
- 元気がなく、ぐったりしている



様子を
見ましょう

吐いた後、状態が落ち着き、少しずつでも水分や食事がとれている場合などは、次の「ポイント」に気をつけて、翌日に「かかりつけ医」などを受診してください



ポイント

吐いたときの対応

- * 寝ている時に吐いた場合は、気管に入らないように体と顔を横向きにしてください
- * 吐いたものは、感染予防のため、すぐに片付け、家族の方も手洗いをしてください
- * 嘔吐がおさまり、落ち着いてきて、本人が水分を欲しがる場合は、湯冷ましや麦茶・乳幼児用イオン飲料を少しずつ飲ませてください
 - ▶▶▶ 柑橘類のジュースや牛乳は消化が悪いのでさけてください
- * 落ち着いたら、消化のよい「おかゆ」や野菜スープ、薄めの味噌汁などを与えてください
- * 衣類をゆるめて、胸やお腹を楽にしてください





下痢をしたとき



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 下痢の回数が多く、大量の水様の便がある
- 下痢により、グッタリし始める
- 下痢症状のほか、激しい腹痛がある
- 下痢症状のほか、何回か嘔吐がある
- 舌やくちびるが乾燥し、お腹の皮膚に張りがない
- 下痢便に血液が混じっている



様子を
見ましょう



全身状態が良く、下痢が数回でとまり、元気で食欲がいつもと変わらない場合は、翌日に「かかりつけ医」などを受診してください



ポイント

下痢症状がある場合の対応

- * 下痢の性状、回数などをよく観察してください。水様か、血液や粘液が付いているかなどが非常に大切です
- * オムツなどは残しておき、受診する際にみせてください。また、おしっこの回数も記録しておいてください
- * 発疹、発熱の有無についても確認をしてください
- * 下痢が続くと脱水症になりますので、水分補給してください
 - ▶▶▶ 母乳や人工乳はそのまま薄めずに飲ませて結構です
 - ▶▶▶ 水分補給には湯冷ましを少しずつ飲ませるか、乳幼児用のイオン飲料を飲ませてください
ただし、ジュースなどの冷たいものは、飲ませないでください
 - ▶▶▶ 嘔吐がないときは、消化の良い「おかゆ」や野菜スープ、薄めの味噌汁などを与えてください





お腹が痛いとき（腹痛）



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- お腹を痛がり、発熱、吐き気、激しく泣くなどの症状がある
- 顔色が悪く、ぐったりしている
- お腹が張って、触ると痛みが苦しい
- 次第にお腹の痛みが強くなる
- お腹を痛がり、血便が出る



様子を
見ましょう



機嫌がよく、舌やくちびるが乾燥していなく、少しずつ水分が取れるようなら、翌日に「かかりつけ医」などを受診してください



ポイント

腹痛がある場合の対応

- * 排便で痛みが治まることもありますので、トイレに行かせてください。出ない場合は、浣腸をしてもかまいません
- * 便やおしっこがでたら、いつもと同じような便やおしっこか色や性状を確認してください





けいれん(ひきつけ)を おこしたとき



急にからだの一部や全身をがくがくさせたり、意識がなくなって眼が上を向いたり焦点が合わなくなり、からだが出っ張ることを「けいれん(ひきつけ)」と言います



次の場合は、救急車を呼びましょう

- けいれんが10分以上続く
- けいれんが治まった後も、呼びかけや、痛みなどの刺激を与えても反応が弱く、様子がおかしい
- 10分以内に治まっても繰り返す
- けいれんと共に嘔吐を繰り返す
- 意識は回復したが、どこかにまひがあるか、からだの動きがおかしい



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 発熱を伴わないけいれん
- 初めての熱性けいれん(18ページ参照)



ポイント

けいれんを起こした場合の対応

- * けいれんはこどもの概ね5～10%が経験すると言われており、短いけいれんなら命に関わることは極めて稀です

- * お子さんのけいれんに気づいたら、あわてて抱き上げたり、揺すったり、ほっぺをたたいたり、名前を呼んだりするのは逆効果です

- ▶▶ 注意していただくこと
 - ・ けいれんが続いた時間を確認
 - ・ 目や手足，熱，吐き気などの観察
 - ・ 呼吸の確保のために衣服を緩め，吐いたものが気管に入らないよう体を横向きにしてあげてください
 - ・ 窒息の危険があるので，口に物を入れてはいけません





チェック

「熱性けいれん」とは？

- * 発熱時にけいれんを起こすもので、乳幼児では比較的好く見られます。ほとんどは5分以内にけいれんは治まり、その後しばらく眠り、手足のまひや意識障害など通常残りません
- * 症状が落ち着いていれば、翌日に医療機関を受診してください



チェック

泣き入りひきつけ

- * 激しく泣いて、息をとめ顔色が赤黒くなり、からだがかたくなることがあります
- * ほとんどは、1分位で治まり自然に回復するので心配はありません
- * 生後6か月以下のお子さんがおこしたときや、ひきつけが1分以上続いたときは、検査が必要になる場合がありますので、医療機関を受診してください





じんましんがでたとき



じんましんは、蚊に刺されたような少し膨らんだ発疹であり、かゆみを伴います。いろいろな原因により発症する可能性があります。多くは原因不明です



次の場合は、救急車を呼びましょう

- じんましんの他に突然ゼーゼーし呼吸が苦しくなったときや顔色が悪くなったとき



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 激しいかゆみ
- 呼吸が速い



ポイント

かゆみがある場合の対応

- * 少しかゆいだけであれば、虫刺され用のかゆみ止めの塗り薬などで様子を見ましょう



様子を見ましょう

かゆみの症状がひどくなく、他に気になる症状がなければ翌日に医療機関を受診してください



チェック

* じんましん以外の発疹でも、痛みやかゆみがひどくなく、他に気になる症状がなければ、翌日にかかりつけ医を受診しましょう





誤飲・窒息



お子さんが急にせき込んで苦しそうな表情の時は、異物の誤飲・窒息が疑われます



次の場合は、救急車を呼びましょう

- のどに物が詰まった
- けいれんを起こしている
- 意識がない
- 顔色が悪く、呼吸の仕方がおかしい
- 嘔吐が止まらない



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 医薬品、殺虫剤、洗剤などを飲んだ
- 灯油、マニキュア除光液など揮発性の液体を飲んだと思われる





ポイント

誤飲・窒息の場合の対応

* 落ち着いて、何を飲み込んだのか周囲にあるものから推測してください

* 異物を飲み込んだ可能性がある場合は口の中を見て、取り除けたら取ってください

▶▶▶ 吐かせるために

- ・指をのどの奥に入れて舌を押し下げる
- ・頭を下にし、背中をたたく
- ・後ろからお子さんのお腹の前で腕を組み、お子さんのお腹を上後ろ方向に強く引き上げる
- ・ひざを立てて、お子さんのお腹を乗せ、背中を強くたたきます

※お子さんの口は開けておきます

ハイムリック法

お子さんのみぞおちに
手が当たるように…

そのまま上(後方)に引っ張
り上げます

①



②



* 詰まった直後は何の症状がなくても、時間とともに誤飲した物が水を吸って、膨らみ窒息する場合がありますので、お子さんの状態を良くみてください

《飲みこんだ危険物による対応》

すぐに吐かせる	吐かせずに受診		しばらく様子を見る
ワックス	灯油	安全ピン	マッチ
台所用洗剤	シンナー	ガラス片	芳香剤
アルコール	マニキュア除光液	殺虫剤	乾燥剤
整髪料	トイレ用洗剤	除草剤	クレヨン
化粧品	カビ取り剤	生石灰	口紅
医薬品	漂白剤	ナフタリン	粘土
たばこ	油性塗料	しょうのう	マーカーパーン
石けん	画びょう・針		蚊取り線香



チェック

たばこを飲み込んだ場合

* 2cm以上食べた場合は、できるだけ早く受診してください

▶▶▶特に、たばこの灰皿の汁や、たばこを捨てたジュース缶などの残りを飲んだ場合は、できるだけ早く医療機関を受診してください

※普通は苦いので2cmも食べられません、その場に残っているものを確認してください



ポイント

日常生活で注意すること

- * ボールペンや鉛筆、はしなどを口にくわえたまま、遊ばせないようにしてください
- * 臼歯（きゅうし）が生える3歳位までは、豆類などの噛み砕く食品は食べさせないでください
- * お子さんの手の届く位置に口に入りそうな物は置かないようにしてください



チェック

中毒110番

- * 化学物質（タバコ、家庭用品など）、医薬品、動植物による毒などによって起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て情報提供している所です。誤飲が実際に起こってしまった時に電話して下さい

- ・つくば中毒110番（365日9時～21時対応）

029-852-9999（無料で情報提供）

- ・大阪中毒110番（365日24時間対応）

072-727-2499（無料で情報提供）

- ・タバコ専用電話（365日24時間テープによる情報提供）

072-726-9922（無料で情報提供）



やけどをしたとき



次の場合は、救急車を呼びましょう

- やけどの範囲が大人の手のひらより大きいとき
- 皮が黒く焦げていたり、白くなっている

やけど



ポイント

やけどをした場合の対応

- * やけどをしたら、水道水又は氷水などで、患部を10分以上（可能なら30分）冷やしてください
 - ▶▶服の上からでも良いです
- * 水ぶくれはつぶさないように、水の勢いを弱めて冷やします
- * つぶれると、そこから雑菌が入って化膿する恐れがあります
 - ※つぶれたら消毒して清潔にしておきましょう





頭を打ったとき



次の場合は、救急車を呼びましょう

- 意識がない（すぐに泣かないなど）
- けいれんが起きた
- うとうとしたり、意識がおかしい



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、医療機関を受診しましょう

- 吐き気がある
- 痛みが強い



ポイント

頭を打った場合の対応

- * 頭部を打った後、すぐに泣いて意識がしっかりしており、食欲がある場合は様子を見てください
 - ▶▶ 患部を冷やしてください
 - ▶▶ 当日は、安静にして入浴も控えてください



様子を
見ましょう

2～3日は注意深く観察し、吐き気があったり、いつもと様子が違う場合は、脳外科医のいる医療機関を受診してください

●
●
●
●
頭を打った





手足などの打撲



救急医療機関に受診が必要な症状

次の場合は、患部を固定して
整形外科・外科を受診してください

- 激しく痛がる場合や患部が変形している
- 痛めた部分に大きな傷がある
- 患部を動かさない



様子を
見ましょう

打ち身（皮下出血）があるが、患部を動かせる場合は、冷やして様子を見てください



新潟市の 救急医療体制



初期救急医療（軽症患者）

風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者に対し、
応急措置を施します。

休日夜間急患センター

新潟市急患診療センター
新潟市口腔保健福祉センター
西蒲原地区休日夜間急患センター

在宅当番医制

二次救急医療（入院を必要とする救急医療）

入院を必要とする重症な救急患者に対し、
市内の病院が交替で担当します。

病院群輪番制病院

三次救急医療（救命救急医療）

脳卒中や心筋梗塞など重篤な救急患者に対し、
高度な医療を総合的に提供します。

救命救急センター

休日・夜間の診療

●急に身体の具合が悪くなった方・ケガをした方に、応急処置を行い、かかりつけ医に引き継ぐ外来診療を行います。

新潟市急患診療センター

TEL:025-246-1199 ※受診前に電話でご相談ください。

診療科目及び 診療時間	診療科目	診療時間	
	内科・小児科	平日	午後7時～翌朝7時
		土曜	午後2時～翌朝7時
	日曜・祝日 (年末年始)	午前7時～翌朝7時	
整形外科	平日	午後7時～午後10時	
	土曜	午後3時～翌朝9時	
	日曜・祝日 (年末年始)	午前9時～午後10時	
産婦人科・眼科 耳鼻咽喉科・脳外科	日曜・祝日 (年末年始)	午前9時～午後6時	

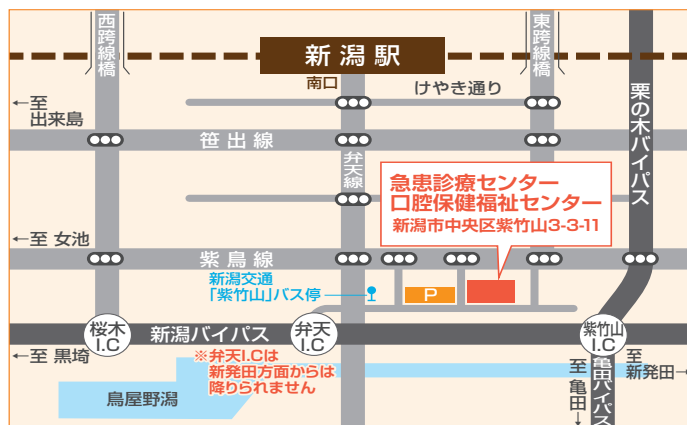
※受付は、原則、診療終了時間の30分前となります。

新潟市口腔保健福祉センター ●休日に歯が痛くなった救急患者に応急処置を行います。

TEL:025-212-8020

診療科目及び 診療時間	診療科目	診療時間
	歯科	日曜・祝日 (年末年始)

※受付は、原則、診療終了時間の30分前となります。

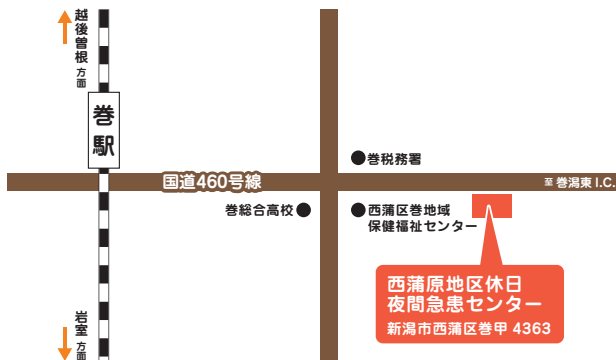


西蒲原地区休日夜間急患センター

TEL:0256-72-5499 ※受診前に電話でご相談ください。

診療科目及び 診療時間	診療科目	診療時間	
	内科・小児科	平日・土曜	午後7時～午後10時
		日曜・祝日 (年末年始)	午前9時～午後5時 午後7時～午後10時
歯科	日曜・祝日 (年末年始)	午前9時～午後5時	

※受付は、原則、診療終了時間の30分前となります。



救急医療体制

在宅当番医制

●市内の開業医が交替で救急患者を診療します。

診療科目及び 診療時間	診療科目	診療時間
	産婦人科	土曜

●お問い合わせ

新潟市急患診療センター TEL 025-246-1199

夜間に救急車を呼ぶか 病院に行くか 迷ったときは

15歳未満のお子さん を対象

小児救急医療電話相談

▶ 県内のプッシュ回線・携帯電話からは

8 0 0 0

▶ ダイヤル回線・IP電話・PHSからは

母・パパ ニコニコ
025-288-2525



大人（概ね15歳以上の方）を対象

救急医療電話相談

▶ 県内のプッシュ回線・携帯電話からは

7 1 1 9

▶ ダイヤル回線・IP電話・PHSからは

025-284-7119



相談
時間 毎日
(19時～翌朝8時)

相談
内容 発熱、頭痛、腹痛、吐き気など
急な病気やけが等に関する相談

経験豊富な看護師などが医療機関の受診の必要性や、対処方法等について助言します。

※この電話相談は、診療行為、医療行為ではなく、
電話での助言により相談者の判断の参考としていただくものです。

WEBやアプリで

病院や診療所を探す

にいがた医療情報ネット

新潟県内の医療機関の診療時間や診療科目、休日夜間急患センターなどの情報をパソコンやスマートフォンから検索できます。



(新潟県)

受診するかどうかの目安

こどもの救急

こどもの症状にあわせた対処法や休日・夜間などの診療時間外に病院を受診するかどうかの判断の目安について確認できます。



(日本小児科学会)

アプリで緊急度を調べる

救急受診アプリQ助

急な病気やけがをした時、該当する症状を画面で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が表示されます。(WEB版もあります)



全国版救急受診アプリ



(総務省消防庁)

受診するか迷ったとき

AI救急相談アプリ

24時間いつでも救急相談ができます。スマートフォン向けアプリ「LINE」で「友だち登録」をして利用してください。



(新潟県)



広がる笑顔
安心なまち
にいがた

**このハンドブックの内容は、
新潟市ホームページでご覧になれます。**

令和5年3月作成