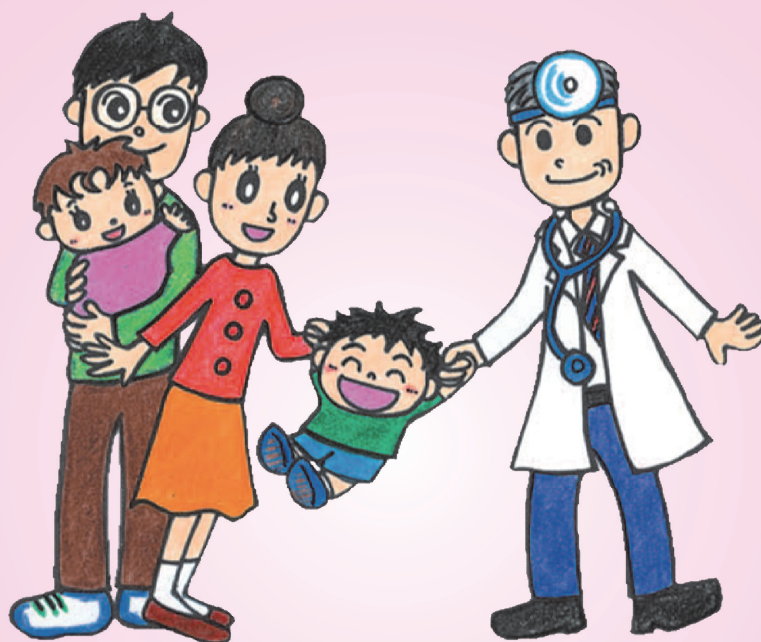


# 病院に行く、その前に...

## 子ども救急パンフレット



### も く じ

● 大和市における小児救急医療体制	1
● 熱が出た	2
● けいれん（ひきつけ）を起こした	3
● 下痢をした	4
● おなかが痛い	5
● 吐いた	6
● せきが出る	7
● 誤飲	8
● その他の症状の場合	9
● 上手な薬の使い方	10~11
● 救急車を呼ぶ！その前に	12
● 救急情報メモ	13
● 休日夜間の救急医療体制	14
● 「やまと24時間健康相談」のお知らせ	15

## 大和市における小児救急医療体制

休日や夜間に急に具合が悪くなったら、まず大和市地域医療センターを受診しましょう。ここでは大和市内の開業医が交代で当番医をつとめ、急患の診療にあたっています。大和市における休日・夜間診療の第一の受け皿です。場所と電話番号と開いている時間帯を、事前に確かめておきましょう。

大和市地域医療センターで診療を受け、精密検査や入院の必要があるかもしれないと判断された場合は、大和市立病院をご紹介します。

大和市立病院は、平成29年4月から、入院が必要と思われるような小児の二次救急医療機関として、365日急病などの子どもたちを受け入れています。

また、地域医療センターが閉まっている時間帯の救急患者は、大和市立病院が受け入れます。

いま、緊急性が明らかでない方々が気軽にこれらの救急医療機関を利用する状況が問題となっています。このままでは、本当に医療が必要な重症患者の治療に支障をきたすことになってしまいます。

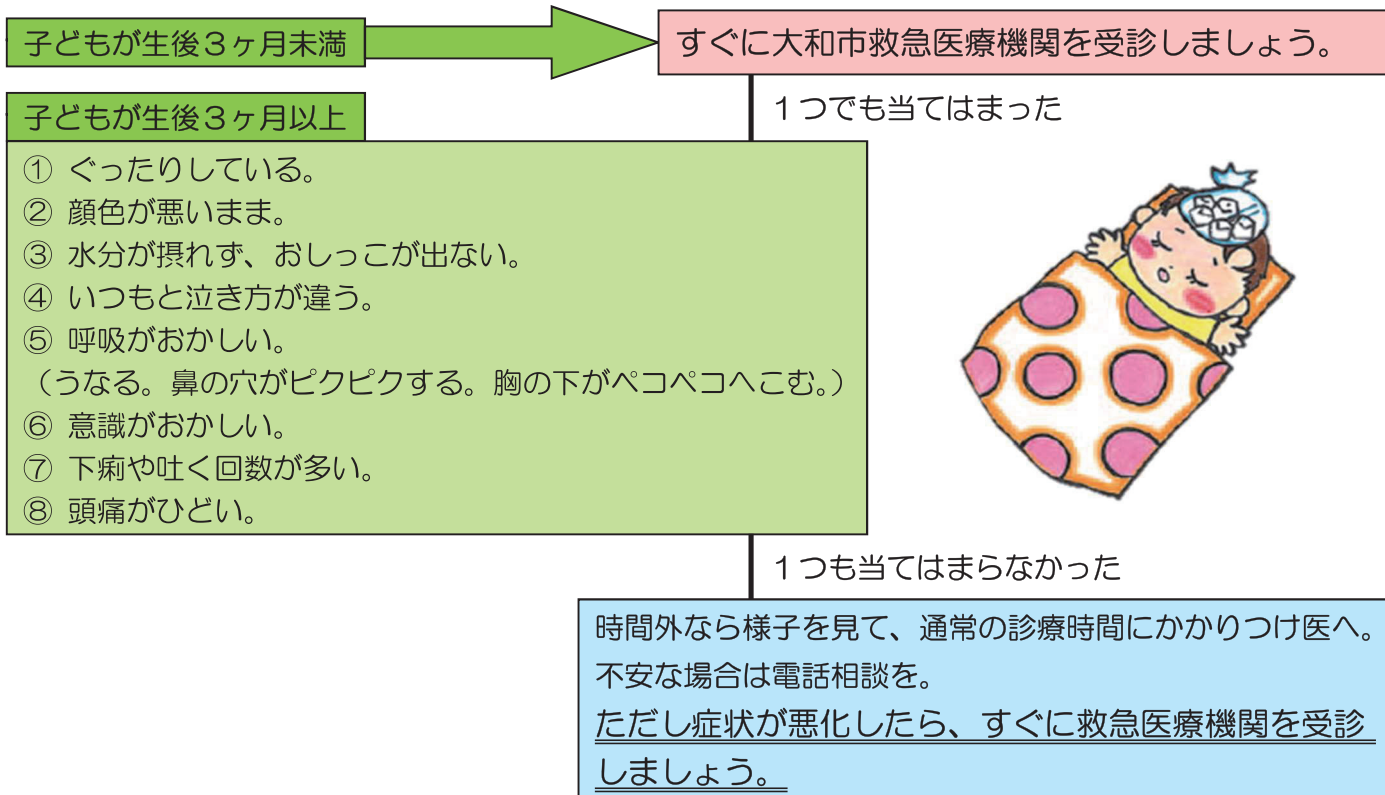
これらの救急医療機関は、休日や夜間に病気をしたときに対応する場所です。便利な時間外診療所ではありませんので、「平日は混んでいるから」「学校を休ませたくないから」などの理由で、気軽に利用することはお控えください。

また、休日や夜間の急な子どもの体調不良などで、医療機関を受診するのか迷ったときには、この「子ども救急パンフレット」や相談ダイヤル（「やまと24時間健康相談 ☎0120-244-810」等）を活用するなどして、不要不急の受診は控えるようにしましょう。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

## 熱が出た(38℃以上)

熱が高いと脳への影響を心配する人がいますが、40℃ぐらいの熱があっても脳への影響はありません。まずは水分補給・安静・体を冷やすなどを行い、状態を観察しましょう。それでも様子がおかしいときは、医療機関を受診しましょう。



### ★ こんな誤解、していませんか？

Q1 生後間もない赤ちゃんは風邪をひかない？

→いいえ。風邪をひくことはあります。

ただし3ヶ月未満の赤ちゃんは、風邪と重い病気の見分けが難しいので、38℃以上の熱が出たときには受診しましょう。

Q2 高い熱が続くと、頭がおかしくなったり、肺炎になったりしないの？

→そんなことはありません。熱はあくまでも病気の症状のひとつです。

### ◆ 38℃以上の熱が出た場合には、以下の点に注意して対処するとよいでしょう。

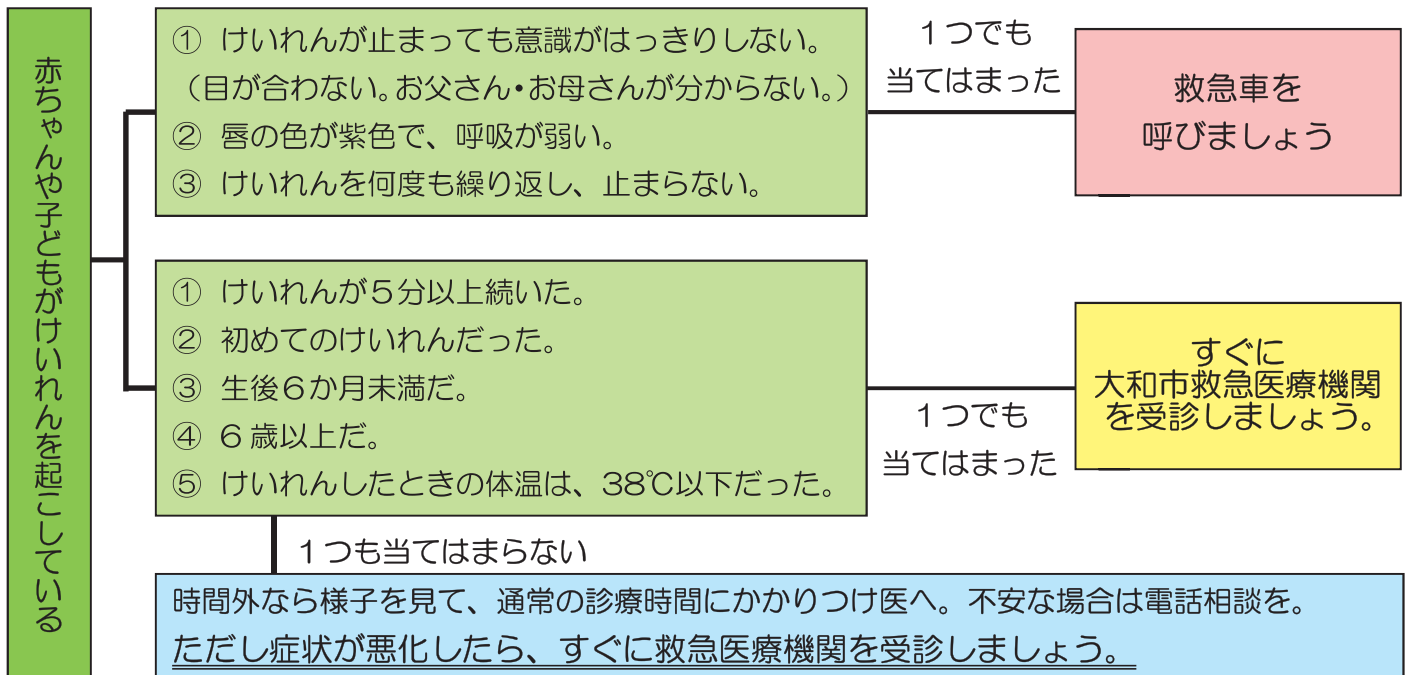
- ① 水分をこまめにあげて、寒がらなければ頭を冷やしましょう。ただし熱冷却シートは、赤ちゃんには、はずれて鼻をふさぎ、窒息などの事故を起こすことがあるので注意をしましょう。氷まくらで冷やすのが効果的です。
- ② 解熱剤は、水分が摂れている場合や、眠れている、機嫌がさほど悪くないようなときには、控えめにしましょう。高熱は、身体がウィルスや細菌と闘っている証拠です。熱の出始めは解熱剤が効かないことがあります。解熱剤は、むしろ高熱が続くときに使う方が効果的です。
- ③ 乳幼児の体温は、環境温度や衣服の着せ方に影響されます。理想的な室温は夏 26℃前後、冬 20℃前後です。震えているとき以外は、着せすぎや布団の掛けすぎに注意しましょう。
- ④ 外気、扇風機、エアコンの風が直接体に当たらないようにしましょう。

# けいれん(ひきつけ)を起こした

けいれんとは運動神経が異常に興奮することで、身体の全体や一部が突っ張ったり、力が抜けたり、ピクピク震えたりすることです。

多くは急な発熱のときに起こり数十秒で治まる熱性けいれんです。

けいれん中は一時的に白目をむいたり、唇の色が悪くなったりし、呼びかけにも反応しなくなります。



## ◆ 家庭でけいれんやひきつけが起こった場合は、まずは以下の点に注意して対処するとよいでしょう

- ① 抱きしめたり、ゆすったり、たたいたり、大声を出さないこと。
- ② 平らなところに静かに寝かせて、呼吸がしやすいように衣服をゆるめましょう。
- ③ 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。顔を横に向けましょう。
- ④ 口の中にはものや指を入れないようにしましょう。
- ⑤ 意識が回復するまで、目を離さずに付き添ってあげましょう。
- ⑥ 目の動きや手足の状態（左右に差があるか）を見て、余裕があればどのくらいの時間けいれんが継続しているかを計ってみましょう。
- ⑦ けいれんが治ったら、体温を計りましょう。
- ⑧ 飲み物や飲み薬は、意識が回復するまで与えないようにしましょう。
- ⑨ 静かな部屋でゆっくり休ませてあげましょう。



## 下痢をした

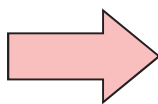
子どもや赤ちゃんは、下痢をしやすいものです。  
でも、1つでも当てはまったら、救急医療機関を受診しましょう。



- イチゴジャムのような血便が出ている。
- 多量の血便が出ている。
- 3か月未満、または体重5kg未満の乳児で、1日6回以上の水のような便と嘔吐が続いている。
- 活気がなく、ぐったりしている。
- 目が落ちくぼんで、泣いても涙が出ない。皮膚や口、舌が乾燥している。

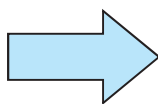
1つでも当てはまりましたか？

はい



診察時間内だったら、すぐにかかりつけ医へ。  
診察時間外だったら、大和市救急医療機関を受診しましょう。

いいえ



時間外なら様子を見て、通常の診察時間にかかりつけ医へ。  
不安な場合は電話相談を。  
ただし症状が悪化したら、すぐに救急医療機関を受診しましょう。

### ◆ 子どもや赤ちゃんが下痢になったら、こんなことに注意して！

- ① 便がゆるめでも、元気で食欲があるならあまり心配はいりません。
- ② 伝染することがあるので、便や嘔吐物の処理は、すぐにビニール袋に包み、床にこぼれた場合はすぐに掃除して消毒しましょう。
- ③ 処理した人は、手洗いをしっかりとしましょう。
- ④ 水分や塩分、糖分が不足しないように水分補給に気をつけましょう。  
母乳を飲んでいるのなら続けましょう。人工乳や離乳食でも食べたりできれば大丈夫です。  
野菜スープやみそ汁などでも栄養の補給ができます。  
薬局では経口補水液やゼリーも入手できます。
- ⑤ お尻がかぶれやすくなっています。拭くよりも、お湯で流して洗ってあげましょう。

# おなかが痛い

子どもが腹痛を訴えていたら、以下のことを参考にして対応しましょう。

- おなかがパンパンに膨らんでいるか、または硬くなっている。
- おなかを触ろうとしても、痛がって触らせない。
- 激しく泣いたり、ぐったりしたりを繰り返している。
- 股の付け根の部分が腫れ、青黒く変色している。
- 血便や激しい嘔吐、下痢も伴っている。
- おなかが痛くて歩けない。がまんできない。
- おなかを強くぶつけたあとに起きた。

1つでも当てはまった

早めに大和市救急医療機関を受診しましょう。

- おなかをさすっているうちに痛みがやわらいた。
- 排便したら痛みがやわらいた。
- 痛みの程度は、がまんできる程度のもの。
- 食欲・機嫌・顔色はいつもと同じ。

1つでも当てはまった

時間外なら様子を見て、通常の診療時間にかかりつけ医へ。

不安な場合は電話相談を。

ただし症状が悪化したら、すぐに救急医療機関を受診しましょう。

## ◆ 子どもがおなかを痛がっていたら、こんな点に注意して！

- ① まずうんちをさせてあげましょう。乳幼児では、やさしく「の」の字マッサージをする、綿棒で肛門を刺激する、浣腸をするなどがよいでしょう。  
年長児は、トイレに行かせましょう。うんち後に腹痛がやわらげば、そのまま様子を見ても大丈夫です。
- ② おなかを触って痛む場所を確かめてみましょう。右下腹部を強く痛がる時は、虫垂炎（盲腸）の可能性がります。吐いてしまったり、発熱があるとき、腹痛が悪化する場合はとくに注意が必要です。
- ③ 腹痛が軽いときは、水分を少しずつ飲ませながら様子を見ましょう。ただし、柑橘系の飲み物や牛乳は避けましょう。痛みがやわらいだら消化によい食べ物を少しずつ与えましょう。



# 吐いた

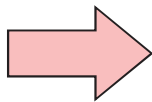
赤ちゃんは少しの刺激で吐くことがよくあります。  
でも、1つでも当てはまったら、救急医療機関を受診しましょう。

- おなかが張っていて、ぐったりしている。
- 吐いたものに赤色や褐色の血液や、緑色の胆汁が混ざっている。
- がまんできないほどの激しい腹痛がある。
- 元気がなく、いつもと様子が違う。
- 下痢が12時間以上続いてぐったりしている。
- 半日以上、おしっこが出ていない。
- くちびるが乾いていて、ぐったりしている。
- 水分がとれない。
- ウトウトしていたり、ちょっとした刺激に敏感になっている。



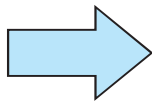
1つでも当てはまりましたか？

はい



大和市救急医療機関を受診しましょう。

いいえ



時間外なら様子を見て、通常の診療時間にかかりつけ医へ。  
不安な場合は電話相談を。  
ただし症状が悪化したら、すぐに救急医療機関を受診しましょう。

## ◆ 子どもや赤ちゃんが吐いたら、こんな点に注意して！

- ① 吐き気が強いときは無理をさせないようにして、30分から2時間は様子をみましよう。
- ② 吐く間隔が空いてきたら、乳幼児イオン水などをスプーンやスポイトで少しずつ何度も与えましよう。
- ③ 吐いたものを気管に吸い込まないように、寝ているときは体を横に向けましよう。
- ④ 吐いたものの処理はすぐにビニール袋に包み、床にこぼれた場合はすぐに掃除して消毒ましよう。
- ⑤ 吐いたものを始末したら、手をよく洗いましよう。

# せきが出る

子どもが咳をしたりゼーゼーした様子の場合は、以下のことを参考にして対応しましょう。

- 顔色が悪く、くちびるも紫色（チアノーゼ）になっている。
- 肩で息をしてゼーゼー、ヒューヒューして息苦しそう。
- 犬の遠吠えやオットセイのような咳をしている。
- 熱はないのに元気がなく、呼吸が速い。
- 生後6か月の赤ちゃんでゼーゼーがあり、苦しそう。

1つでも当てはまった

大和市救急医療機関を受診しましょう。

- ゼーゼーは軽く、機嫌もいい。
- 動いたり走ったりすると咳が強くなるけれど、全身の状態はよいように見える。
- 喉（のど）がゼーゼー、ヒューヒュー鳴っているけれど、比較的楽で横になって寝ていられる。
- 食欲もあるし、熱もない。

1つでも当てはまった

時間外なら様子を見て、通常の診療時間にかかりつけ医へ。  
不安な場合は電話相談を。  
ただし症状が悪化したら、すぐに救急医療機関を受診しましょう。

## ◆ 子どもが咳をしてゼーゼーして苦しそう。こんな点に注意して！

- ① 部屋が乾燥している場合には、加湿をしましょう。
- ② 咳が激しく食事が取れない場合は、水分を少しずつ飲ませましょう。タンが切れやすくなります。
- ③ タバコは同じ部屋で吸わないようにしましょう。

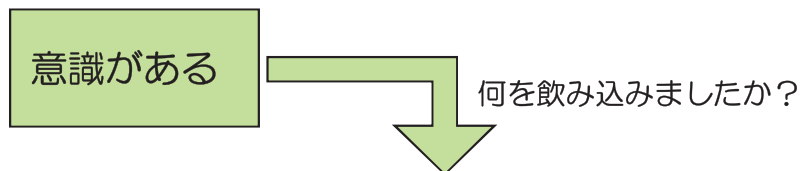
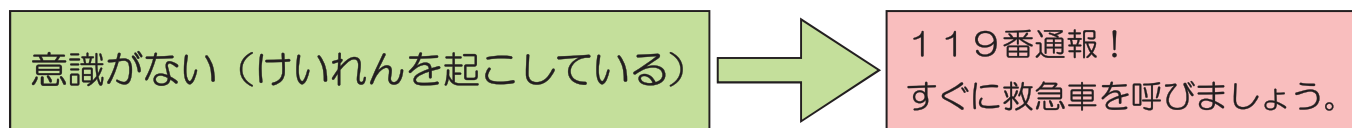




# 誤飲

子どもや赤ちゃんが変なものを飲み込んだ場合は、何を飲み込んだかで対応が変わります。

子どもの様子はどうですか？



毒性が強く、ただちに治療が必要です。

塩素系洗剤・トイレ用洗剤・猫イラズ・ベンジン・シンナー・ガソリン・灯油・染毛剤・除光液・ねずみ駆除剤・殺虫剤・灰皿の水

大和市救急医療機関を受診しましょう。

毒性があり、量によっては治療が必要です。

タバコ（1/3以下）・防虫剤（ナフタリン、しょうのう）・洗剤（衣料用、食器用）・化粧水（エタノールを含む）・ボタン型電池

以下の窓口へ相談しましょう。

■公益財団法人日本中毒情報センター  
・大阪中毒110番（365日24時間対応）  
電話 072-727-2499  
・つくば中毒110番（365日24時間対応）  
電話 029-852-9999

少量なら心配はありません。

防虫剤（パラジクロベンゼン）・中性洗剤・乾燥剤（塩化カルシウム）

中毒の心配はありません。

石鹸・マッチの頭・クレヨン・絵具・口紅・化粧クリーム・体温計の水銀・蚊取りマット・蚊取り線香・乾燥剤（シリカゲル）

時間外なら様子を見て、通常の診療時間にかかりつけ医へ。  
不安な場合は電話相談を。ただし症状が悪化したら、すぐに救急医療機関を受診しましょう。

**注意** 飲んだものを吐かせてはいけないもの

灯油・ベンジン・ライター燃料・マニキュア・除光液・しょうのう（防虫剤）・ボタン型電池・ねずみ駆除剤・クレゾール・トイレ用洗剤・花火

- ◆ 誤飲で一番多いものは「タバコ」です。  
吸殻を口に入れた場合や先をかじった程度では経過を観察するだけで大丈夫ですが、嘔吐したり、タバコを消した液体を飲んだ場合には、すぐに救急医療機関を受診しましょう。

※公益財団法人日本中毒情報センター

たばこ誤飲事故専用電話（自動音声応答による情報提供）もごさいます。

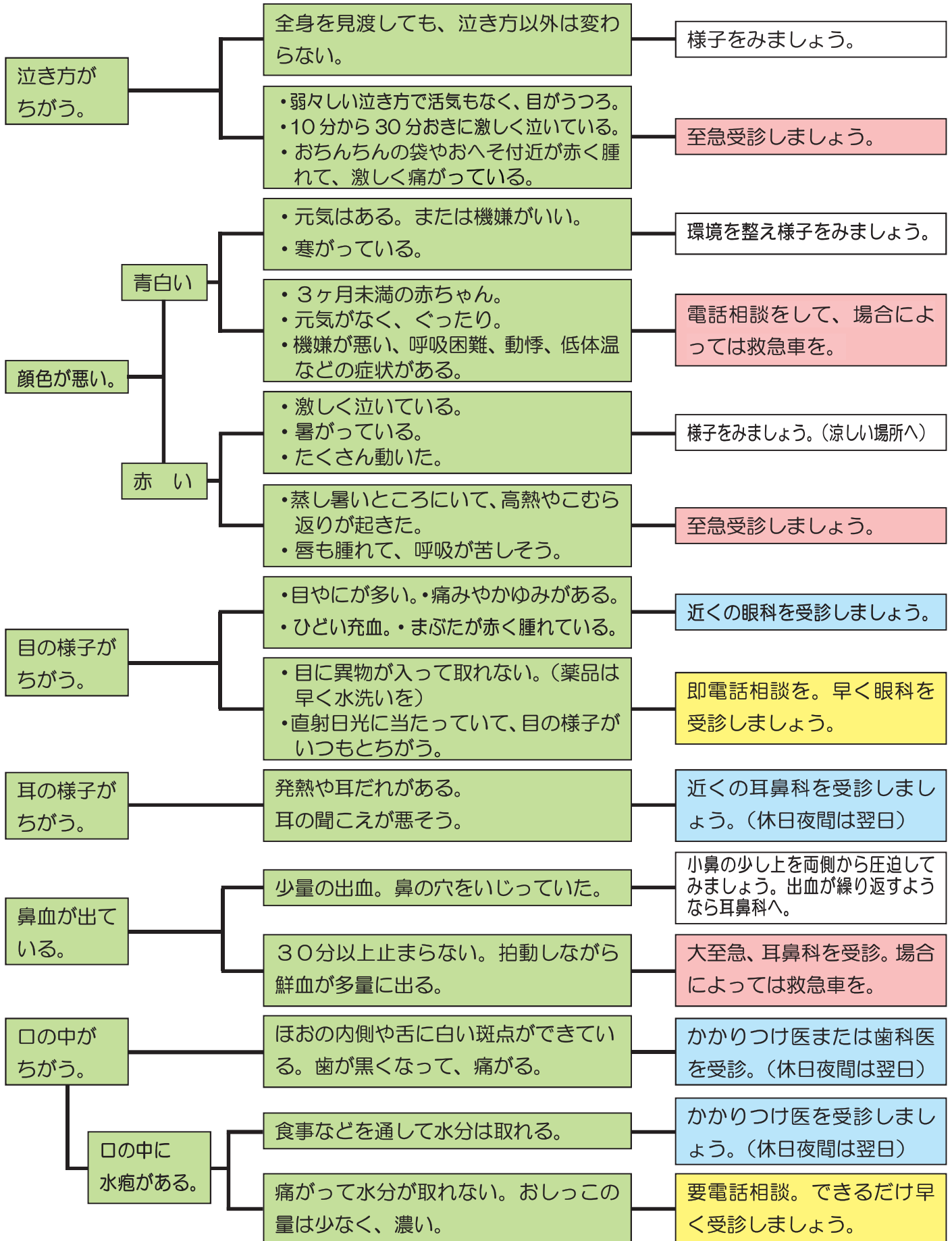
072-726-9922（365日24時間対応）

情報提供料は無料ですが、通話料は別途かかります。



# その他の症状の場合

チャートの内容はあくまで目安です。症状は人によって異なるので、心配なときは、受診すべきかを電話で相談しましょう。



# 上手な薬の使い方①

## 赤ちゃんは？

水薬はそのまま、粉薬は熱湯でなく少量の湯冷ましで団子状にして上あごにこすりつけ、その後、水、湯冷まし、ミルクなどを与えます。溶かすときは一口で飲める量にします。



ミルクに混ぜると味が変わって、子供がミルク嫌いになることがあります。ミルクに薬を混ぜることはお勧めしません。

## 幼児は？

水薬も粉薬もなるべくほかのものに溶かさずに、そのまま与える習慣をつけましょう。薬を嫌がる時は、本人が納得すれば何に混ぜてもかまいません。

- ★ 牛乳、ヨーグルト、アイスクリームなどの乳製品に混ぜてみましょう。苦い味が和らぎます。
- ★ スポーツドリンクやジュースに混ぜると、かえって苦い味が強くなってしまうことがあります。
- ★ 粉薬を水に溶かし、凍らせて与えてもよいでしょう。
- ★ 溶かして飲むときは、少量で飲みきれぬ量にしましょう。
- ★ 薬局にゼリー状の飲み物がありますので相談するのもよいでしょう。

## 「1日3回」って？

食事にとらわれず、起きている時間に同じ間隔で3回を目安に飲ませましょう。

例) 1回目 朝8時ごろ      2回目 昼2時ごろ      3回目 夜8時ごろ

## 「食前？食後？」

食後は満腹で飲まなかったり、食べたものと一緒に吐いてしまうことがあります。

なるべく授乳直前や食前に飲ませましょう。また、食事がとれないときでも、薬は必ず飲ませましょう。

★★ 薬を飲ませる時間は、薬剤師の方によく聞いて帰りましょう。★★

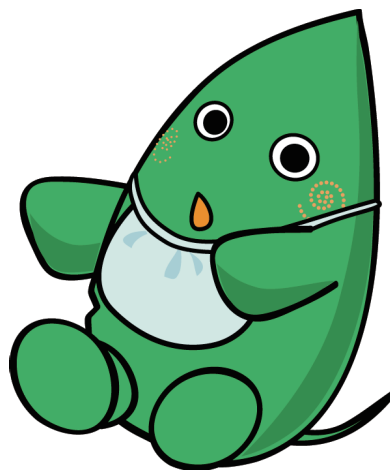
## 上手な薬の使い方②

### ざやく 坐薬の使い方

- 坐薬を水でぬらし、手で握ると薬の表面がヌルヌルになります。
- 仰向けに寝かせて両足を上げた姿勢にして、坐薬を肛門に差込みます。
- 指が少し肛門内に入る程度まで入れ、肛門入り口を押さえてください。
- 入りにくい時はオリーブオイル・ベビーオイルをつけると滑りやすくなります。
- 挿入後20分間出てこなければ、薬が吸収され始め、約一時間後に効果があります。
- 医師からの指示でカットする時は、カッター・包丁を暖めて斜めに切ってください。
- 保管場所は冷蔵庫がよいでしょう。

### ◆坐薬がいいの？飲み薬は？

- ★ どちらでも効き目は同じです。  
吐く子には坐薬を、下痢のときや坐薬が嫌いな子には飲み薬を使いましょう。
- ★ 坐薬の解熱薬と飲み薬の解熱薬を同時に使うことはやめましょう。
- ★ 予備に持っている解熱薬は、お子様の年齢や体重で必要な量が変わりますので注意してください。



大和市イベントキャラクター  
ヤマトン

# 救急車を呼ぶ！その前に・・・



## ■ 救急車を呼ぼうか迷ったときには、よく考えましょう。

救急車は、最善を尽くして、現場に迅速に到着しようと努力しています。これだけ多くの出動件数の中には、残念ながら、本当に救急車が必要であったのかと疑問に思う事例もあります。

例えば・・・

「風邪をひいたとき」「歯が痛むとき」「突き指をしたとき」「首を寝違えたとき」といった軽い症状の場合には、本当に救急車を呼ぶ必要があるのかどうか考えてください。

また、緊急性がなく自分で病院に行ける場合や定期的な通院などでは、タクシー代わりに救急車を要請することは控え、一般の交通機関を利用しましょう。

※判断に迷うときには、「かながわ小児救急ダイヤル（#8000）」（相談時間は毎日18時～翌朝8時）や「やまと24時間健康相談（0120-244-810）」、「かながわ救急相談センター（#7119）」で医療機関にかかるべきかアドバイスを求めてもよいでしょう。

## ■ どんなときに救急車を呼べばいいの？

- ・子どものけいれんが止まらない
  - ・呼吸が難しくなっている
  - ・意識がなくなっている
  - ・激しい出血が止まらない
  - ・激しい頭痛や腹痛を訴えている
- などです。

すぐに救急車を呼びましょう  **119番！**

- ① 119番をダイヤル「救急車をおねがいします」
- ② 氏名・住所を教える。場所の目印になるようなものがあればそれも伝えましょう。
- ③ 子どもの症状を伝えましょう。  
持病がある場合は、病名とかかりつけ医を伝えましょう。

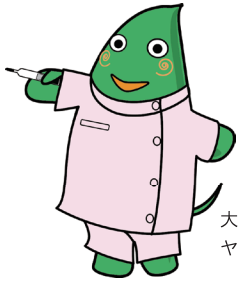
### 救急車を待っている間は

- ④ 健康保険の資格状況を確認できるもの（マイナ保険証等）や母子健康手帳、診察費用、帰りの交通費を用意しましょう。
- ⑤ まわりに人がいれば、救急車の誘導をお願いしましょう。

### 救急車が到着したら

- ⑥ 救急救命士の指示に従いましょう。
- ⑦ 日ごろ飲んでいるお薬があれば、伝えましょう。
- ⑧ 火元の始末と戸締りを忘れないようにしましょう。

参考）総務省 消防庁



大和市イベントキャラクター  
ヤマトン

## 救急情報メモ

※緊急の時のために、記入しておきましょう。

子どものなまえ	生年月日	性別
	年 月 日	男 女
	年 月 日	男 女
	年 月 日	男 女

電話番号	住所

	かかりつけ医①	かかりつけ医②
名称		
科目 先生		
所在地		
電話番号		

緊急連絡先・氏名	続柄	電話番号	住所・勤務先など

持病の有無・アレルギーなど

よく飲むお薬

# 休日夜間の救急医療体制

## 大和市地域医療センター 休日夜間急患診療所 (内科・小児科)



大和市鶴間一丁目28番5号  
☎046-263-6800

診察時間のご案内 (受付は15分前まで)  
月～土 20時～23時  
日・祝日・12月30日～1月3日  
9時～12時 14時～17時  
20時～23時

小児救急相談は、「#8000」も利用できます。  
受付時間は18時～翌朝8時

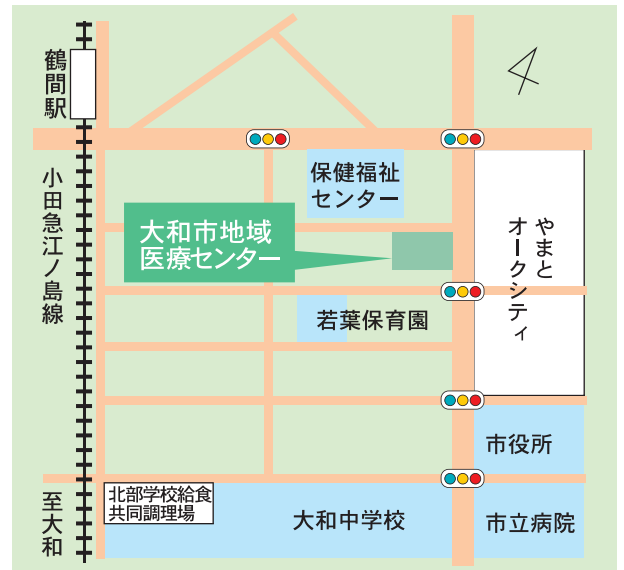
内科・小児科の重症患者の救急医療、その他眼科や耳鼻咽喉科については、24時間365日対応の相談ダイヤルをご利用ください。

【大和市の相談ダイヤル】「やまと24時間健康相談」☎0120-244-810

【神奈川県 of 相談ダイヤル】「かながわ救急相談センター」☎#7119

(直通番号:045-232-7119 または 045-523-7119)

※外科については、最寄りの救急病院をご利用ください。

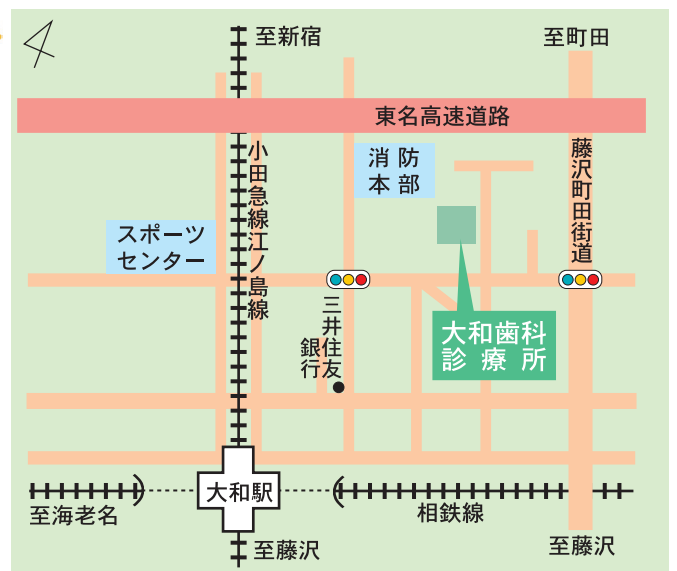


## 大和綾瀬歯科医師会 大和歯科診療所 (歯科)



大和市深見西二丁目1番25号  
☎046-263-4107

診察時間のご案内 (受付は30分前まで)  
日・祝日  
9時～12時  
5月3日～5月5日・12月30日～1月3日  
9時～12時 13時30分～16時  
(平日の診療はありません)



ご利用の際は、小児医療証・診察費用などを忘れずに・・・

■■■■■■■■■■■ お問合せ ■■■■■■■■■■■

- 乳幼児健診について  
……すくすく子育て課 ☎046-260-5609
- 予防接種について  
……医療健診課 ☎046-260-5662

※ いずれも開庁時間は平日8:30～17:00です。

子育てにかかわる悩み・相談は…  
子育て何でも相談・応援センターへ  
(こども家庭センター)  
☎046-260-5675  
妊娠前から妊娠・出産・子育て期のさまざまな相談に、専任の保健師や相談員が応じます。

# やまと24時間健康相談

大和市では、市民の皆さんがこころや身体の健康などについて気軽に相談できるよう、看護師などの専門職による24時間体制の電話相談を行っています。

電話相談は、市内在住者が対象です。

フリーダイヤル（通話料無料）

# 0120-244-810

（365日・年中無休）

## 医療相談

病気や治療、検査についての相談に応じます。また、休日・夜間の医療機関情報を提供します。

## 育児相談

妊娠・出産・育児などの相談に、分かりやすくアドバイスします。

## 健康相談

日常生活での身体の不調や健康の補助・増進に関する一般的な相談に応じます。

## メンタルヘルス相談

こころの不調に関する相談や、ストレス、不安についてのアドバイスをします。

## 介護相談

在宅介護、通所施設の利用など、介護に関する一般的な相談に応じます。

- プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。ただし、生命の危険等、緊急事態と判断した場合を除きます。



監修 大和市医師会小児科医会

企画・製作 大和市

発行 平成21年12月

改訂 令和7年1月