

夜間や休日
こどもが急病に
なった！

こんな時どうする？

こどもの急病・ケガ 知っておきたい対処法



福井県・福井県小児科医会

● は ● じ ● め ● に ●

子どもが夜や休日に病気やけがをすると、急いで病院に行ったほうがよいのか、家で様子を見ていて大丈夫なのか、とても不安になるものです。

そんなときにあわてずに対応できるように、よくある症状について、自宅でできることや、医療機関を受診するべきかどうかの目安をパンフレットにのせました。

普段から目をとおして、いざというときに役立てて下さい。

このパンフレットの内容はあくまでも目安です。詳しくは、かかりつけ医にご相談下さい。

● も ● く ● じ ●

● 夜間・休日にこどもが病気になったとき…………… 1

● 内科的症状

→ 福井県こども急患センター(以下「こども急患センター」)へ

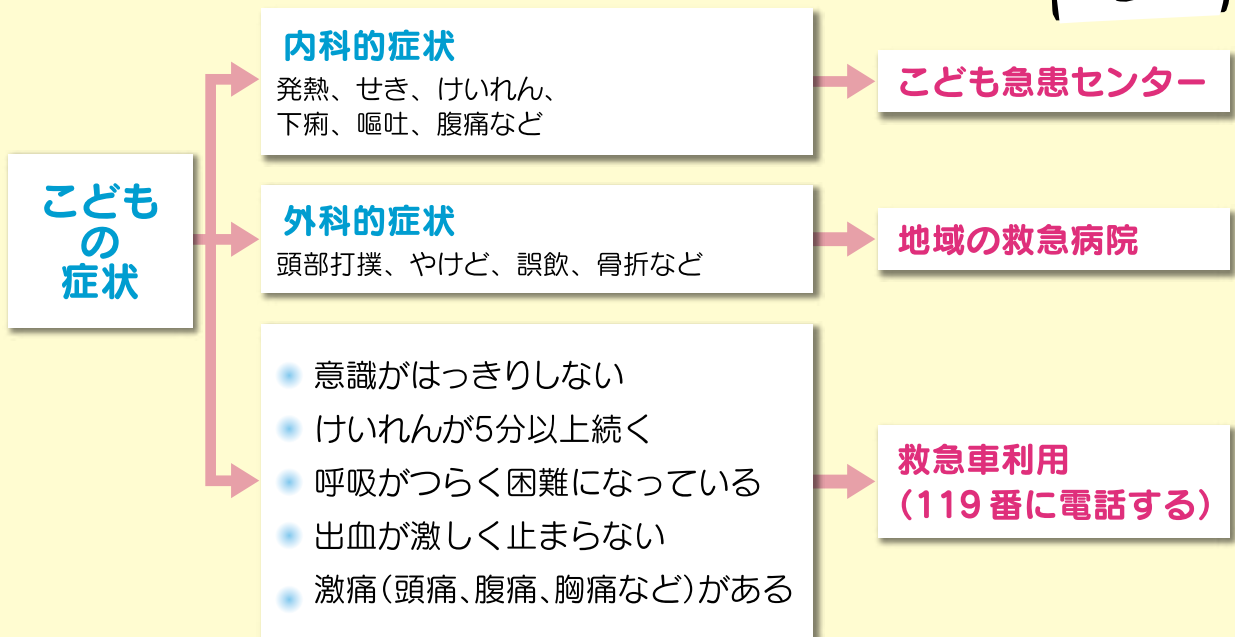
- 熱がでたとき…………… 2
- 吐いたとき・下痢をしたとき…………… 4
- お腹が痛くなったとき…………… 5
- せき・ゼーゼーするとき…………… 6
- けいれん(ひきつけ)を起こしたとき…………… 7
- 皮膚にぶつぶつがでたとき…………… 9
- 頭が痛くなったとき…………… 11
- 耳が痛くなったとき…………… 12

● 外科的症状 → 地域の救急病院へ

- 頭をぶつけたとき…………… 13
- 鼻血がでたとき…………… 14
- やけどしたとき…………… 15
- 誤飲したとき…………… 16

夜間・休日に こどもが病気に なったとき

夜間・休日は、
こども急患センターを
利用しましょう



こども急患センターでは原則として 1 日分の処方となります。

こども急患センターでは小児科医が診療を行っていますが、何かあったら相談できる「かかりつけ医」を持ち、日頃からお子様の状態をよく観察し、できるだけ昼間の診療時間に、かかりつけ医を受診することが大切です。こども急患センターを受診した後、翌日以降に必ず通常の診療時間内にかかりつけ医などを受診して下さい。

受診時に持って行くもの

- 保険証、診察券、こども医療費受給者証
- 飲んでいる薬の名前がわかるもの（お薬手帳など）

受診に迷う場合は、**#8000 子ども救急医療電話相談**でご相談ください。

内科的症状
→こども急患センターへ

熱がでたとき (38℃以上)

待つ

様子をみても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 水分や食事がとれている
- 機嫌が良い、あやすと笑う



家庭でできること

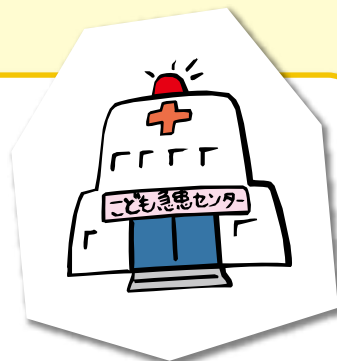
- 水分補給に気をつけましょう（こども用イオン飲料など）。
- 熱の出始めは寒気がするので暖かく、上がりきったら涼しくする。
- 熱があつてつらそうなら、解熱剤を使用しても良いでしょう。
- 元気があるなら、解熱剤を使用しなくても良いでしょう。



行く

こども急患センターを受診しましょう。

- 生後3ヶ月未満
- 水分がとれず、おしっこが半日くらい出ない
- 顔色が悪い
- 眠ってばかりいる、ぐったりしている
- 激しく泣き、あやしても泣き止まない
- 下痢・嘔吐をくり返している
- 息がつらそう



熱がでたときによくある質問

Q1 高熱のときは重い病気ですか？

A 熱が高いからといって、必ずしも重い病気とは限りません。水分がとれ、元気なときは一晩様子をみても大丈夫な場合が多いです。

Q2 高熱が続くと頭がおかしくなりませんか？

A 髄膜炎や脳炎などの場合を除いて、高熱だけで脳の機能がおかされることはありません。

Q3 食事はどうすればよいでしょうか？

A 母乳やミルク、食事は欲しがれば与えて下さい。欲しがらなければ、無理に与える必要はありませんが、水分補給に気をつけましょう。

Q4 解熱剤を使っても熱が下がりませんが、どうしたらよいですか？

A 解熱剤がきかないときは、病気の熱がでる勢いが強い時です。熱以外の症状が和らげば平熱にならなくても心配いりません。かかりつけ医の指示どおり治療を続けましょう。

Q5 熱があるときにお風呂に入っても良いですか？

A 熱があっても元気があれば、短時間の入浴・シャワーは差しつかえありません。



吐いたとき 下痢をしたとき

待つ

様子をみても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 水分や食事がとれている
- 熱がなく、機嫌も良く元気がある
- おしっこが普段と変わりなく出ている

家庭でできること

- 吐き気がおさまっている時には、水分（こども用イオン飲料など）を少しずつ飲ませましょう。
- 吐いたものがのどにつまらないよう横に向けて寝かせましょう。
- 排泄物の始末をした後は、よく手を洗いましょう。



行く

こども急患センターを受診しましょう。

- 元気がなく、ぐったりしている
- 高熱や繰り返しの嘔吐がある
- おしっこが半日くらい出ない
- 顔色が悪く、唇や舌が乾燥している
- 10分くらいごとに泣いたり、お腹を痛がる
- いちごゼリー状の便、血液が混じっている便が出る
- 吐いたものに血液や胆汁（緑色）が混じる

お腹が痛くなったとき

待つ

様子をみても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 強い痛みではなく、痛がったり痛がらなかったりする
- ウンチが出ると痛みが治まり、機嫌もよくなった
- ウンチの表面に血がついているが、中には混ざっていない



家庭でできること

- 痛みが軽いときは、無理に食べさせず水分を少しずつ飲ませ、様子を見ましょう。
- おへそから「の」の字を書くようにお腹をやさしくマッサージしましょう。
- トイレに行って排便させてみましょう。
- 強い痛みでなく1歳以上なら、市販の浣腸(10cc)を使用してみてもよいでしょう。



行く

こども急患センターを受診しましょう。

- 休みなく常に痛がりつづけている
- ぐったりしている
- お腹にさわるだけで痛がる
- お腹がパンパンにふくらんでいる
- 10分くらいごとに周期的に泣いたり、お腹を痛がる
- ウンチの中に血が混ざっている



せき・ゼーゼー するとき

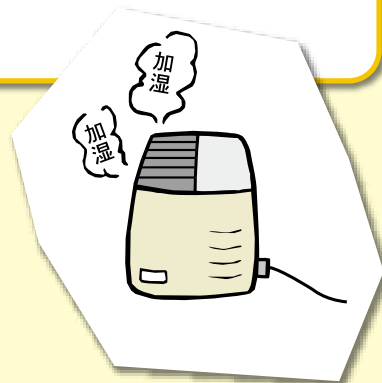
待つ

様子をみても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 元気があり、水分や食事がとれている
- せき込みがあるが、しばらくすると落ち着いて眠れる
- 息が苦しそうな様子がない

家庭でできること

- 水分補給をし部屋を加湿しましょう。
- 鼻をかんだり、家庭用の鼻水吸い器を使いましょう。
- あらかじめ喘息発作の時の処方があれば、医師の指示どおりに使用しましょう。



行く

こども急患センターを受診しましょう。

- せきがひどく、横になって眠れない
- 息がはやく、肩で息をする
- 顔色や唇の色が悪い
- 声がかすれて話ができない、つばが飲み込めない
- 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
- ゼーゼー、ヒューヒューして息がつかそう

内科的症状
→こども急患センターへ

けいれん(ひきつけ)を
起こしたとき



あわてない
ゆすらない
口の中に物を
入れない

まず、おちついて、 しっかり「観察」しましょう

- 目の位置、手足の状態
- けいれんのつづいた時間
- 体温(けいれんが治ったら)

けいれんではありません

急に熱が出て体がふるえているが、意識ははっきりしている。すやすや寝ている。

待つ

様子を見ても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- けいれんが1回だけで、5分以内に止まり、
目をあけて周囲の呼びかけに反応したり、泣いたりする
- 以前にもけいれんを起こしたことがあり、その時の様子と変わらない

家庭でできること

- 静かに寝かせ、衣服をゆるめる。ゆすったり、抱きしめたりしない。
- 顔を横に向ける(吐いたものを吸い込んで窒息しないように)。
- けいれんの時に口の中に物や指を入れないようにしましょう。
口の中をけがしたり、のどを刺激して吐く危険があります。

行く

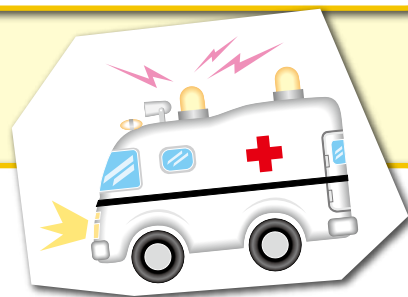
こども急患センターを受診しましょう。

- 生後6ヶ月未満
- はじめてのけいれん
- 24時間以内に、2回以上けいれんが起こった
- けいれんが左右対称ではない
- 体温が38℃以下でけいれんを起こした

呼ぶ

救急車を呼びましょう。

- けいれんが5分以上つづく
- けいれんの後、1時間以上たっても意識がはっきりしない
(目があわない、お父さん、お母さんがわからないなど)



救急車を呼ぶ時は

1. まずは119にダイヤルを!
2. 「火事ですか? 救急ですか?」と聞かれる→「救急車をお願いします」
3. 次のことが聞かれます。
お子さんの年齢、名前、住所、電話番号、住所の目標となる建物
4. お子さんの症状を伝えましょう。

救急車を待っている間

- 準備しましょう
保険証、母子手帳、お薬手帳、タオル、おむつ
- 玄関の力を開けておきましょう
家族がいれば、救急車が来た時の誘導をお願いしましょう
家を出る前に、火元を確認!

皮膚にぶつぶつが でたとき

待つ

様子を見ても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- かゆみがあるが眠れそう
- 小さな水ぶくれが出てきた
- 皮膚のぶつぶつに膿や汁がある
- 目と唇が赤い
- 熱が長引き、皮膚にぶつぶつが出てきた

家庭でできること

- かゆみがあるときは、冷やしてあげましょう。

保冷剤を
タオルにくるんで
冷やしましょう



行く

こども急患センターを受診しましょう。

- 顔や唇が腫れてきた
- 息苦しく、声がかすれてきた
- 暗い紫色のぶつが出ている

アナフィラキシーについて

Q1 アナフィラキシーってなんですか？

A ぶつぶつ＋呼吸困難など、2種類以上の症状がある状態をさします。

Q2 どんな原因で起こりますか？

A 食べ物、虫刺されなどが原因となります。

Q3 どのくらいの時間で症状がでますか？

A 早ければ15分以内に発症します。

Q4 アナフィラキシーが起こったときは救急車を呼ぶべきですか？

A 意識がはっきりせず、呼吸がつかうそうであったり吐き続ける場合は、救急車を利用しましょう。



内科的症状
→こども急患センターへ

頭が痛く なったとき

※頭を強くぶつけた後なら
地域の救急病院を受診しましょう

待つ

様子をみても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 元気がある
- 水分や食事がとれている
- がまんできる痛み

家庭でできること

- 自宅で安静にしてゆっくり休みましょう。
- 痛みが強くなったら小児用の解熱鎮痛剤を使用しても良いでしょう。

行く

こども急患センターを受診しましょう。

- ぐったりして元気がない
- 吐き続ける
- がまんできない痛み、どんどん強くなる痛み
- けいれん(ひきつけ)がある

耳が痛く なったとき

待つ

様子をみても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 熱がない
- 耳の下が腫れている

家庭でできること

- 痛みが強くなったら小児用の解熱鎮痛剤を使用しても良いでしょう。
- 痛がる方の耳を冷やしても良いでしょう。
- 耳だれをふき取っても良いでしょう。

行く

こども急患センターを受診しましょう。

- 頭も強く痛がる
- 耳の後ろが腫れていたり、赤くなっている

頭をぶつけたとき

※外科的症状のため、こども急患センターでは対応できません。地域の救急病院を受診してください。

待つ

様子を見ても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- すぐに泣いて、他の症状がない
- 大きなたんこぶが出来た

家庭でできること

- ぶつけて腫れている部分を冷やしてあげましょう。
- 出血している部分は清潔なガーゼやタオルでしっかり押さえましょう。
- 安静にして、数時間は注意深く様子を見ましょう。
- ただし症状が大きく変わったら救急病院を受診しましょう。



行く

地域の救急病院を受診しましょう。

- 意識を失った
- けいれんがある
- 出血が止まらない
- 何回も吐く
- ぶつけた部分がへこんでいる

外科的症状
→地域の救急病院へ

鼻血がでたとき

※外科的症状のため、こども急患センターでは対応できません。地域の救急病院を受診してください。

待つ

様子を見ても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 5分～10分間ほどで鼻血が止まったとき

家庭でできること

- 座らせて前かがみの姿勢をとります。
- 鼻のやわらかいところを指でつまみます。
- しっかり指を離さずに5～10分間は圧迫を続けます。
- 丸めたティッシュをつめて圧迫しても良いでしょう。



行く

地域の救急病院を受診しましょう。

- 10分間圧迫しても鼻血がとまらないとき
- からだに紫色のブツブツ(紫斑)が出ているとき

やけどしたとき

※外科的症状のため、こども急患センターでは対応できません。地域の救急病院を受診してください。

待つ

様子を見ても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- やけどの面積が小さい(こどもの手のひらよりも小さい)
- 赤いだけで、水ぶくれができていない

家庭でできること

- ためた水道水で10~20分程度しっかりと冷やしましょう。
- 水ぶくれは破らないようにしましょう。
- 民間療法(アロエを塗るなど)はやめましょう。
- 服の上からやけどをしたときは、衣服を脱がさず冷やしましょう。

水道水が直接やけど部位にあたらないように冷やしましょう



行く

地域の救急病院を受診しましょう。

- 広範囲のやけど
- 顔、関節、陰部のやけど
- 水ぶくれや、やけど部分の色が白もしくは黒くなっている

誤飲したとき

※外科的症状のため、こども急患センターでは対応できません。地域の救急病院を受診してください。

待つ

様子を見ても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- タバコを少しだけかじった
- 石鹼、化粧水、プラスチック、紙、ビニール、クレヨン、鉛筆をかじった
- 硬貨を飲み込んだが、息が苦しそうではない

家庭でできること

- 吐かせた方がよいものと、吐かせない方がよいものがあります。迷ったら中毒110番や#8000で応急処置を確認しましょう。

行く

地域の救急病院を受診しましょう。
飲み込んだものや説明書などがあれば持参しましょう。

- 飲み込んでから咳がでてきた
- 意識を失った
- 息がおかしい
- 嘔吐がとまらない

- (公財)日本中毒情報センター 中毒110番 (応急手当や受診の必要のアドバイスを聞くことができます。)
つくば : 029-852-9999 (365日 9-21時対応 情報料: 無料)
大阪 : 072-727-2499 (365日 24時間対応 情報料: 無料)
- タバコ専用電話 : テープによる市民向け情報の提供
072-726-9922 (365日 24時間対応 情報料: 無料)

※詳細はホームページ <http://www.j-poison-ic.or.jp> の
中毒110番・電話サービスをご参照ください。

最寄りの医療機関

☆緊急のときのためにメモしておきましょう

●かかりつけのお医者さん(内科的症状のとき)

医療機関

電話番号

診療日

診療時間

メモ

●救急病院(外科的症状のときに受診できる病院)

※地域の救急病院は、

福井県 救急医療機関一覧

で 検索

医療機関

電話番号

診療日

診療時間

メモ

●医療機関(皮膚科、耳鼻科など)

医療機関

電話番号

診療日

診療時間

医療機関

電話番号

診療日

診療時間

平成26年4月 改訂

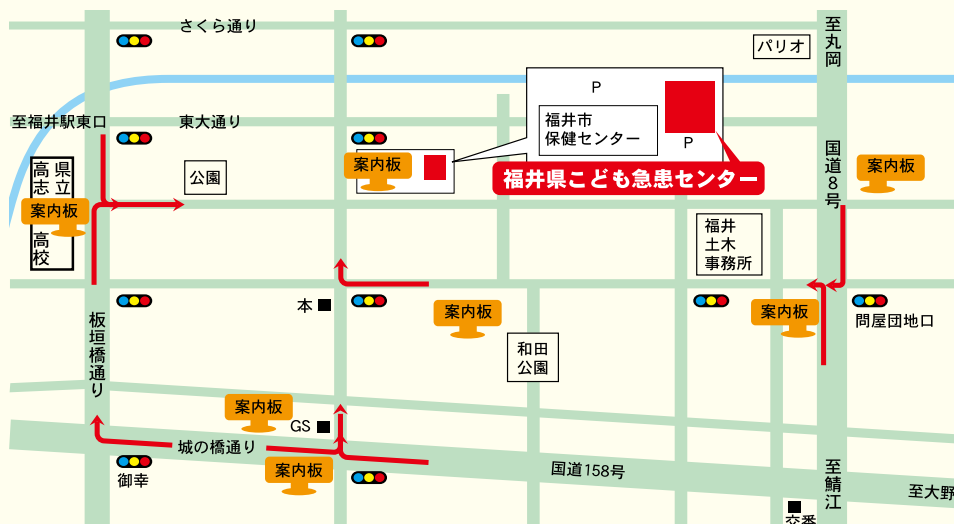
福井県・福井県小児科医会

〔編集〕 福井県小児科医会

夜間、休日の急病時に対応します。

福井県子ども急患センター

- 1 診察時間
月曜日～土曜日 午後7時～午後11時
日曜日・休日 午前9時～午後11時
- 2 場 所 福井市城東4丁目14-30（福井市保健センター隣）
福井市休日急患センター内
- 3 連 絡 先 TEL 0776-26-8800
- 4 留意事項
○小児科医による診察が受けられます。
○頭部打撲、やけど、骨折等の外科的疾患については対応できません。異物の飲み込みについても対応できない場合がありますので、あらかじめ電話で確認してください。
○翌日以降、必ず通常の診療時間内にかかりつけ医の診療を受けましょう。



#8000子ども救急医療電話相談

- 1 相談時間
月曜日～土曜日 午後7時～午後11時
日曜日・休日 午前9時～午後11時
- 2 電話番号 #8000（短縮ダイヤル）または 0776-25-9955
- 3 留意事項
○専任の看護師が対応します。
○電話によるアドバイスです。診断・医療ではありません。
○1回線のみ対応となりますので簡潔にご相談ください。

■県の小児医療についてのお問合わせ先

福井県健康福祉部地域医療課（〒910-8580 福井市大手3丁目17-1）
0776-20-0346(直通)
<http://www.pref.fukui.lg.jp/doc/iryuu/index.html>