

夜間や休日に  
こどもが急病に  
なった！

こんな時どうする？

# 子どもの急病・ケガ 知つておきたい対処法



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
• のどがつまたとき（窒息したとき）	2
■ 内科的症状	
→ 夜間は、「小児救急夜間輪番病院（以下「輪番病院」）」へ	
休日は、「敦賀市休日急患センター（以下「休日急患センター」）」	
または「小児科の休日当番医（小浜地区）（以下「休日当番医」）」へ	
• 熱がでたとき	4
• 吐いたとき・下痢をしたとき	6
• お腹が痛くなったとき	7
• せき・ゼーゼーするとき	8
• けいれん（ひきつけ）を起こしたとき	9
• 皮膚にぶつぶつがでたとき	11
• 頭が痛くなったとき	13
• 耳が痛くなったとき	14
■ 外科的症状 → 地域の救急病院へ	
• 頭をぶつけたとき	15
• 鼻血がでたとき	16
• やけどしたとき	17
• 誤飲したとき	18

# 夜間・休日に 子どもが病気に なったとき

夜間は輪番病院を、  
休日は、休日患者センターや休日担当医を利用しましょう



## 子どもの 症状

### 内科的症状

発熱、せき、けいれん、下痢、嘔吐、腹痛など

輪番病院・  
休日急诊センター・  
休日当番医へ

### 外科的症状

頭部打撲、やけど、誤飲、骨折など

地域の救急病院

- 意識がはっきりしない
- けいれんが5分以上続く
- 呼吸がつらく困難になっている
- 出血が激しく止まらない
- 激痛(頭痛、腹痛、胸痛など)がある

救急車利用  
(119番に電話する)

## 救急車を呼ぶ時は

- まずは119にダイヤルを!
- 「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」
- 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
- 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
- 玄関の力ギ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！

## 受診時に持つて行くもの

- 保険証、診察券、子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。

救急車を呼ぶ

# のどが つまつたとき (窒息したとき)

すぐに救急車を呼びましょう



呼びかけに反応が  
ない場合(次ページ)

苦しがっている場合  
(①を優先)

## 大人やこども



①後ろから背中の真ん中を  
手のひらで力強く何度もたたく



②後ろから手を回し、みぞおちより下で、  
両手でこぶしを握って、手前上方に  
つきあげる

## 赤ちゃん



ひざの上でうつぶせにして、  
背中の真ん中を数回たたく

救急車を呼ぶ

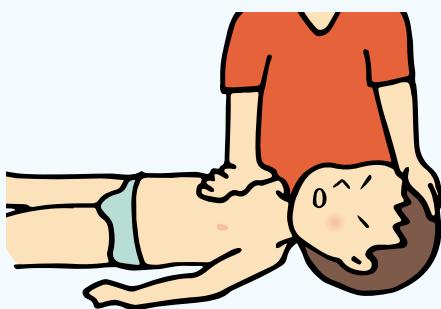
# 呼びかけに 反応しないとき

すぐに救急車を呼びましょう

ふだん通りの息を  
していないとき

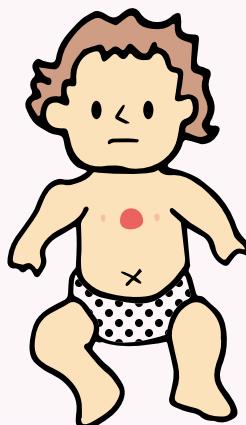
## 大人やこども

胸の真ん中を  
片手または両手で押しましよう



## 赤ちゃん

胸の真ん中を  
二本指で押しましよう



1分間に100~120回程度の速さで  
救急隊がくるまで押し続けましょう。

# 熱がでたとき (38°C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

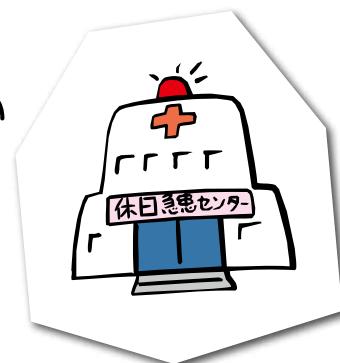
- 水分補給に気をつけましょう。  
(経口補水液など)
- 熱の出始めは寒気がするので暖かく、  
上がりきったら涼しくする。
- 熱があってつらそうなら、解熱  
剤を使用しても良いでしょう。



## 行く

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を受診しましょう。

- 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
- 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** 隹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（経口補水液など）を少しづつ飲ませましょう。
- 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

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を受診しましょう。

- 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

# お腹が痛くなつたとき



## 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つたりする
- ウンチが出ると痛みが治まり、機嫌もよくなつた
- 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づつ飲ませ、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

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を受診しましょう。

- 休みなく常に痛がりつづけている
- ぐったりしている
- 歩くと痛みがお腹にひびく
- 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

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を受診しましょう。

- 息がはやすく、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らそう

# 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
- 体温(けいれんが治まったら)
- けいれんのつづいた時間

### 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

様子をみても良いでしょう。通常の診療時間に受診しましょう。

- 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りがない

## 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。

※救急車の呼び方は、1ページを参照

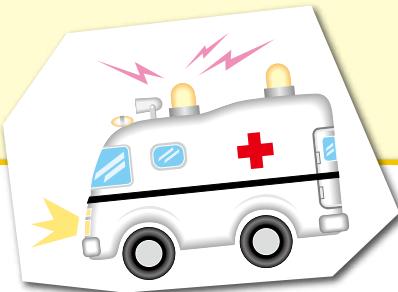
## 行く

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を受診しましょう。

- 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、意識がはっきりしない状態がつづく  
(目があわない、お父さん、お母さんがわからないなど)

# 皮膚にぶつぶつが でたとき

## 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。

- 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
- 熱が下がった後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  
タオルにくくるんで  
冷やしましょう



## 行く

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を  
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
- 目と唇が赤い
- 熱が長引き、皮膚にぶつぶつが出てきた



## 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 下の表のうち、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 アナフィラキシーが起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、呼吸がつら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。

### 皮膚

- ぶつぶつが出る
- 唇やまぶたがはれる

### 消化器

- 口やのどのかゆみ
- 違和感
- 腹痛
- 吐く

### 呼吸器

- 鼻水 ● くしゃみ
- せき ● ゼーゼー
- 犬がほえるようなせき
- 息がしにくい

### アナフィラキシー の 症状

### 全身

- 顔色が悪い
- ぐったりしている
- 意識がもうろうとしている

# 頭が痛くなつたとき

※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

## 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

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を受診しましょう。

- 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

# 耳が痛くなつたとき

## 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。

- がまんできる痛み

## 家庭でできること

- 痛みが強くなつたら小児用の解熱鎮痛剤を使用しても良いでしょう。
- 耳の痛みの原因は、中耳炎のことが多いので、翌日かかりつけ医を受診しましょう

## 行く

輪番病院・休日急患センター・休日当番医を受診しましょう。

- 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、休日急患センター・  
休日当番医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

様子をみても良いでしょう。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と押さえましょう。
- 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、休日急患センター・  
休日当番医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。

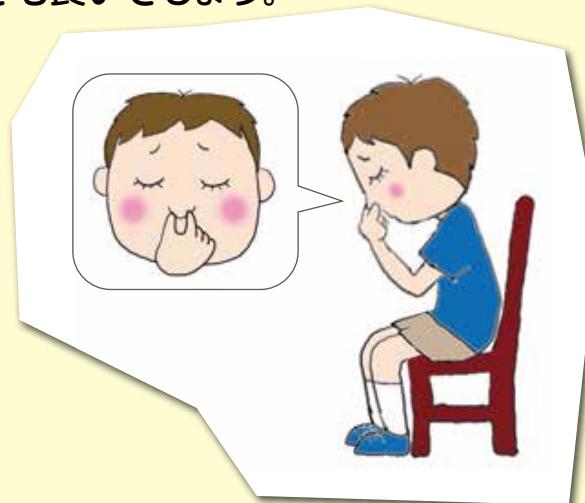
## 待つ

様子をみても良いでしょう。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

外科的症状  
→地域の救急病院へ

# やけどしたとき

※外科的症状のため、休日急患センター・  
休日当番医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

様子をみても良いでしょう。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(子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。
- 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、休日急患センター・  
休日当番医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

様子をみても良いでしょう。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
- 息がつらそう
- 吐きつづける

- (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なアドバイスを聞くことができます。)

つくば : 029-852-9999 (365日 24時間対応 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

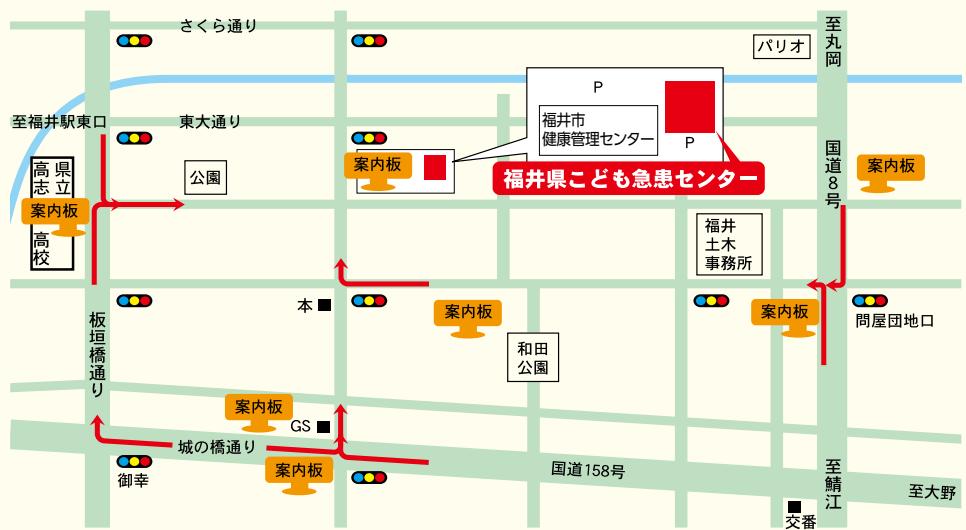
072-726-9922 (365日 24時間対応 情報料 : 無料)

※詳細はホームページ <https://www.j-poison-ic.jp> の

中毒110番・電話サービスをご参照ください。

## 福井県こども急患センター 夜間、休日の急病時に対応します。

- 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  
(福井市健康管理センター東隣2階)
- 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、必ず通常の診察時間内にかかりつけ医の診療を受けましょう。



### 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。

### #8000子ども救急医療電話相談

- 1 相談時間 月曜日～金曜日 午後7時～翌朝9時  
土曜日 午後1時～翌朝9時  
日曜日・休日 午前9時～翌朝9時
- 2 電話番号 #8000 (短縮ダイヤル)
- 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回線のみの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

福井県健康福祉部健康医療局地域医療課 (〒910-8580 福井市大手3丁目17-1) ☎ 0776-20-0346 (直通)  
<https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/iryou/>

## #8000子ども救急医療電話相談

- 1 相談時間 **月曜日～金曜日** 午後7時～翌朝9時  
**土曜日** 午後1時～翌朝9時  
**日曜日・休日** 午前9時～翌朝9時
- 2 電話番号 #8000（短縮ダイヤル）
- 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回線のみの対応となりますので簡潔にご相談ください。

## 小児救急夜間輪番病院体制

[敦賀地区]

曜日	当番病院	対応時間	所在地・電話
月	市立敦賀病院	17:15～22:15 小児科医師が対応します。  22:15～8:30 当直医師が診察し、必要時 小児科医師を呼び出します。	市立敦賀病院 所在地：敦賀市三島町1-6-60 電話：0770-22-3611
火	国立病院機構敦賀医療センター		
水	市立敦賀病院		
木	市立敦賀病院		
金	国立病院機構敦賀医療センター		
土	国立病院機構敦賀医療センター（第1・第3・第5） 市立敦賀病院（第2・第4）		
日	国立病院機構敦賀医療センター（第1・第3・第5） 市立敦賀病院（第2・第4）		
祝	市立敦賀病院 国立病院機構敦賀医療センター		

\*先ず、当直医が診察を行い、その後必要に応じて小児科医が病院から呼出を受けて診察をします。

また、臨床研修病院では、最初に研修医が対応する場合もあります。

祝日には、振替休日および年末年始（12/30～1/3）を含みます。

[小浜地区]

曜日	当番病院	対応時間	所在地	電話
毎日	杉田玄白記念公立小浜病院	18:00～翌朝8:00	小浜市大手町2-2	0770-52-0990

\*先ず、救命救急センターの当直医が対応します。その後必要に応じて小児科医が病院から呼出を受けて診察をします。また、最初に研修医が対応する場合もあります。

## 休日急患センター〔敦賀地区〕・休日当番医〔小浜地区〕

休日急患センター	診療科目	診療日	診療時間
敦賀市休日急患センター 敦賀市中央2-16-52 電話 0770-25-5311	小児科・内科・歯科	日曜日・祝日・振替休日・年末年始（12/31～1/3）	[12月から3月] 9:00～12:00、13:00～15:00 [4月から11月] 9:00～12:00(午後診療なし)

[小浜地区] 休日当番医制度が実施されています。 診療時間：9:00～17:00

休日当番医：<http://kore.mitene.or.jp/~obama-dr/holiday.htm> (小浜医師会ホームページ)

※休日当番医が小児科を標榜している医院以外のときは、公立小浜病院で小児科医の診療を受けることができます。