

## 鼻出血時の対応

- まず、いすに座らせてください。
- のどに血が流れないように下を向かせましょう。
- 親指と人差し指で小鼻の部分をつまみ**3~5分程度はギュッとつまみ続けましょう。**
- 鼻に詰め物はしないようにしましょう。
- 深呼吸してリラックスさせましょう。



## 出血時の対応

- 出血に対する処置は、圧迫止血が有効です!!
- 出血しているところに清潔なガーゼやきれいなタオルなどをあてます。
  - 3~5分程度**はしっかりと傷の場所を圧迫します。
  - 頭部の傷の場合は出血量が多くなりますが、慌てずしっかりと圧迫止血を行いましょう。
  - 傷口が広く長い場合などは、病院を受診しましょう。
  - 吹き出すような出血は、血管を傷つけている恐れがありますので、救急車を呼んでください。



## 窒息の対応

### ①背部叩打法

のどに物が詰まって出ない!  
唇が紫色(チアノーゼ)!  
呼吸ができないときは!

片方の腕に乳児をうつ伏せに乗せ、手のひらで顔(あご)を支え頭部が低くなるような姿勢にします。もう一方の手のひらの付け根で、背中の中を力強く連続してたたきます。



### ②胸部突き上げ法

- 片方の腕に乳児の背中を乗せ、手のひらで後頭部をしっかり支えます。
- 頭部が低くなるよう仰向けの状態で、もう一方の手の指2本で、両乳首を結ぶ線の、少し足側を目安とする胸の真ん中にある骨(胸骨)の下半分を、力強く数回連続して圧迫しましょう。



### ③腹部突き上げ法

(ハイムリック法) 1歳以上

- 後ろから抱えるように腕を回します。
- 片手で握りこぶしを作り、その親指側を子供のみぞおちの下方に当てます。
- もう片方の手で握りこぶしを包むように握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。



# すくすく<sup>けん</sup>健康<sup>こうなん</sup>港南だ!

## 救急あんしんBook(0~3歳児向け)

子どもの救急搬送で多いのは

- 急病…熱性けいれん、てんかん、腹痛など
- ケガ…転倒、転落、やけどなど

このガイドブックで**応急処置の方法**を皆さんにお伝えします。



その前に!

子どもの事故は保護者が注意することによって、防げるものが多いです。

まずは事故を起こさない環境を作りましょう。

では、どんなことをすれば良いのでしょうか?

### 階段

ひとりで上り下りしないように**柵をつける**ようにしましょう。



### ベランダ

踏み台になるものを置かないようにしましょう。一人でベランダに出ないように**ガラス戸に鍵**をかけましょう。



### ソファ

3か月くらいになると、乳児は手足をばたつかせて頭の方へずり上がります。落ちないように子どもから**目を離さない**ようにしましょう。



### 布団

口や鼻をふさぐ恐れがあるので、**柔らかい布団やまくらなどを使わない**ようにしましょう。



### タバコ・洗剤

子どもは何でも口に入れたがります。タバコや洗剤などは**手の届かないところに**置きましょう。



### アイロン・ポット カップラーメン・ハサミ

アイロンやポットやハサミなどは**手の届かないところに**置きましょう。





それでは応急処置の方法をお伝えします。



## 発熱時の対応

### 体温が上がり始めたとき



体は火照っているが、**手足が冷たい**ときや、体が震えているとき。



布団を増やしたり、靴下をはかせたりして保温しましょう。

### 体温が上がりきった場合



**手足が熱い**ときや、顔が火照って赤くなっているとき。



薄着にしたり、頭を冷やしたりして熱を発散させましょう。

### 水枕の使い方にも注意

冷やすのはおでこか、頭。**顔や肩は冷やしてはいけません。**



動いてしまう場合は、腕に水枕を乗せて抱っこしましょう。



水分補給(乳児用イオン飲料)も忘れずに!!

## やけどの対応



流水で冷やしましょう。

- 流水で冷やしましょう。(10分程度)
- 氷や氷水で冷やす必要はありません。
- 水泡は破らないようにしましょう。

**やけどの範囲が広い場合はすぐに救急車を呼びましょう。**

## 熱性けいれんの対応

- 1 **慌てず**、子どもを安全で平らな場所に**仰向け**に寝かせてください。



★吐きそうな場合は吐いたものがどに詰まらないように顔を横に向かせましょう。

- 2 けいれんが始まった**時間**を確認し、**衣類をゆるめ**ましょう。熱を測ってください。



- 3 けいれんの状態を確認しましょう。腕や足が、がくがくしているのか、ギューツとしているのか、体の動きに注意しましょう。



- 4 **けいれんが長い場合(5分以上)**や**繰り返す場合は病院を受診**しましょう。



### してはいけないこと

- 大声で名前を呼んだり、身体を揺すったりする**刺激となり、けいれんが長引く場合があります。
- 舌を噛まないように口の中に物を入れる**熱性けいれんで舌を噛むことはほとんどありません。また、噛む力はかなり強いので、2次損傷の恐れがあります。

## 困ったときの相談窓口

**急な病気やケガで受診の相談をしたいときには…**

**#7119**

(携帯電話、PHS、フッシュ回線の固定電話)

または ☎045-222-7119 (すべての電話でご利用いただけます)

**横浜市救急相談センター 24時間対応!**  
緊急時はすぐに**119番**で救急車を呼びましょう!

**中毒の相談をしたいときには…**

**神奈川医師会中毒情報相談室**  
(365日24時間対応)

☎ **045-262-4199**

神奈川医師会(情報提供料:無料)  
\*相談の際は特に中毒原因物質の特定が重要ですので商品等をお手元にお持ちの上、お電話ください。

**すでに症状が出ている場合には、お近くの病院、診療所で受診してください。**