



目でみる救急箱



函館小児科医会
函館市医師会
函館市

目次 CONTENTS

はじめに·····	1
上手なお医者さんのかかり方·····	2
こんな時は···？	
1 発熱·····	4
2 ひきつけ(けいれん)·····	5
3 咳·····	6
4 腹痛(はらいた)·····	7
5 吐く·····	8
6 発疹、じんましん·····	9
7 異物誤飲·····	10
小児救急電話相談·····	11
函館市夜間急病センターなど·····	12
お父さんお母さんへのお願い·····	13
夜間や休日の当番医をさがす·····	14
夜間などに診療を実施している医療機関·····	15

はじめに

こどもは突然、熱を出す、吐く、ゼーゼーするなど色々な症状を出します。

そのような場合、お父さんやお母さんは心配のあまりあわててしまうことがあります。特に初めての育児では不安になるのは当たり前です。

そこで、子どもによくある症状における応急処置のポイントや、時間外でもすぐに受診した方が良い時のポイントを、この救急箱の中にまとめてみました。

まずは、一度お読みいただき、すぐに目に付く場所に保管し、いつもと何か様子が違う時、急に具合が悪くなった時などに、このガイドブックを役立てていただければと考えております。

また、お父さんやお母さんは、日頃から子どもの状態をよく観察しておき、できるだけ昼間の診療時間に受診することや、何かあったら、いつでも相談できる「かかりつけのお医者さん」を持つよう心がけてください。

平成21年9月

上手なお医者さんのかかり方

できるだけ通常の診療時間内に
受診しましょう。

診療時間内は、スタッフがそろっているなど、他の時間帯より充実した診療がスムーズにできます。
また、日頃から「かかりつけ医」を決めて、いろいろなことを相談できるようにしておくとう便利です。

かかりつけ医

「かかりつけ医」は、病気になった時の初期の医療や日頃の健康相談を受け持つ身近な医師のことです。「かかりつけ医」を持ち、継続して診察を受けることで、自分が過去にどんな病気をし、またどんな症状が出やすいかなどを把握してもらい、自分にあった病気の知識や緊急時の対処法を知ることができます。



診察室でたずねられること

(あらかじめ整理しておきましょう)

気になる症状はどんなことですか？

その症状はいつからありますか？

(何時頃から、1日何回くらいなど具体的に)

今までに大きな病気にかかったことがありますか？

薬や食べ物にアレルギーがありますか？

家族にも同じような症状がありますか？

お子さんを連れていく人

お子さんの症状や様子のわかる人が一緒に行きましょう。(熱、食事の状況、飲んでいる薬などについて説明のできる人)

特に、普段と違った部分「なんとなくおかしい」について説明のできる人が連れて行きましょう。

必ず持って行くもの

健康保険証、各医療費受給者証、母子手帳、診察券、子どもの状態が分かるもの。

(例：体温を記録したメモや便など)

飲んでいる薬や薬の名前がわかるもの。

(お薬手帳があれば持参しましょう)

こんな時は・・・？

1 発熱

【応急処置ポイント】

- * 熱を下げる方法（3点クーリング）
衣服は薄着にします。
太い血管が走っている首、脇の下、ももの内側（付け根）を冷やします。
- * 水分をとらせませす。（本人が好むものは何でも可）
- * 解熱剤で熱が下がり始めるには、30分程度かかります。
解熱剤で熱が下がっても、下がっている時間は約4～5時間で、時間が過ぎれば、また熱が上がってくる可能性があります。



（時間外でもすぐに受診した方が良い時）

- 1 生後3ヶ月未満の赤ちゃんに38 以上の発熱があるとき。
- 2 冷やしたり、熱さましを使ってもグッタリして、顔色が良くないとき。
- 3 息づかいが荒く苦しそうなとき。
- 4 何回も吐いたり下痢しているとき。

2 ひきつけ (けいれん)

【応急処置ポイント】

- * お子さんのひきつけ(けいれん)に気づいたら、あわてて抱き上げたり、ゆすったり、頬を叩いたりしないでつぎのことを観察しましょう。

気づいた時間の確認。(時計で)

目は？手足の動きは？熱は？吐き気は？ 何分続くか？

カクンカクン？ツッパル？ピクピク？ダラン？などを観察します。

衣服をゆるめて横向きに寝かせます。(吐いたものを吸い込まないように)

- * 「舌を嚙まないように」と、口の中にもものを入れてはいけません。



(時間外でもすぐに受診した方がよい時)

- 1 初めてのひきつけ(けいれん)や、高熱を伴なって長く続くとき。
- 2 数分でおさまっても、またくり返すとき。
- 3 変なうわ言をいい、意識がはっきりしないとき。
- 4 頭部打撲の後。(できれば脳外科受診が望ましい)

3 咳

【応急処置ポイント】

- * ゼーゼーが聞こえても、スヤスヤ眠れるときは、日中の受診で大丈夫でしょう。
- * 水分の補給を十分にして、部屋の湿度を高くします。
加湿器がなくても、室内に洗濯物を干すとか、濡れたタオルをぶら下げるだけでも湿度は上がります。
- * 体を起こして寄りかかる姿勢にすると、お子さんは楽になります。
- * 痰(たん)などの分泌物を出やすくするため、水分を少量ずつ頻回に飲ませ、背中をさすったり、軽くトントンと叩いてあげると、効果があります。



(時間外でもすぐに受診した方が良い時)

- 1 激しく咳き込み、何回も吐いて、飲んだり食べたりできないとき。
- 2 ゼーゼー、ヒューヒューして呼吸が苦しく、横になっていられないとき。
- 3 胸を痛がって熟睡できないとき。
- 4 声がかすれて、息苦しそうなとき。
- 5 何かを飲み込んだ疑いがあり、咳込みが激しいとき。
- 6 オットセイのようなかすれた声の咳のとき。

4 腹痛（はらいた）

【応急処置ポイント】

- * 衣服をゆるめて楽な姿勢で寝かせます。
(横向きで体を曲げるなどおなかに力が入らない姿勢にします)
- * 吐くことがあるので、洗面器やビニール袋を用意します。
- * 排便でよくなることもあるのでトイレにすわらせてみましょう。
(出たものはよく観察しましょう)



(時間外でもすぐに受診した方がよい時)

- 1 何回も吐いたり、機嫌が悪く、便に血が混じっているとき。
(便はおむつのまま持っていきましょう)
- 2 そけい部(またの付け根やチンチンの袋や大陰唇)がいつもと違ってはれて、痛がり、吐くとき。
- 3 年長児で右下腹部を痛がり、熱があるとき。
- 4 年長児で強い痛みがあり、便に血が混じっているとき。
(できればお尻をふいた紙や便をビニール袋に入れて持っていきましょう)

5 吐く

【応急処置ポイント】

- * 吐いたものを気管に吸い込まないようにお子さんの体を横向きにしましょう。
- * 乳児の場合では、健康でもミルクをのんだ後に吐くことは時々あります。
- * 吐き気が強いときは、飲食させるとかえって吐いてしまうので、1～2時間たってから水、番茶か幼児用イオン飲料をスプーンで少しずつ飲ませてみます。
吐かなければ、5～10分おきに少しずつ飲ませてみます。
4・5回飲ませて、吐かないようなら、朝まで待っても大丈夫でしょう。
- * オレンジなど柑橘系の飲み物や炭酸飲料、牛乳などは、吐き気を増強させますので控えましょう。



(時間外でもすぐに受診した方が良い時)

- 1 下痢、発熱もあり、元気がなくなってきたとき。
- 2 機嫌が悪く、便に血が混じっているとき。
- 3 高熱、頭痛を伴うとき。
- 4 意識がモウロウとしているとき。

6 発疹、じんましん

【応急処置ポイント】

- * 水ぼうそうや溶連菌感染症などでよく発疹は出ますが、すぐに受診しなければいけない場合はマレです。
- * かゆみが強いときは、冷たいタオルなどで冷やすと楽になることが多いのでやってみましょう。（その日はお風呂は控えましょう）
- * かゆみ止めなどの軟膏やのみぐすりがあれば使用してもよいでしょう。



(時間外でもすぐに受診した方がよい時)

- 1 咳やゼーゼーを伴い、顔(まぶたやくちびる)などの腫れが強いとき。
- 2 顔色が悪く、冷や汗なども伴うとき。
- 3 冷やしただけでは、かゆみが止まらないとき。

7 異物誤飲

【応急処置ポイント】

- * 多いのはたばこの誤飲です。少しかじった程度なら様子を見てもかまいませんので、残っている量を確認しましょう。
- * 誤飲したら、それと同じものや成分のわかる物を持って受診しましょう。
- * 事故予防に普段から子どもの手の届く範囲に小さなものを置かないようにしましょう。3歳未満のこどもにはナッツ類を与えないなどの予防にこころがけましょう。
- * ノドに詰まっているとき
頭を下にして背中を叩きます。
後ろからお子さんのお腹の前で指を組み、
お子さんのお腹を上後ろ向き方向に強く
ひきあげます



異物誤飲の問い合わせ (情報提供料:無料)

要通話料



大阪 中毒110番 072-727-2499 (365日 24時間)

つくば 中毒110番 029-852-9999 (365日 9~21時)

タバコ専用電話 (情報提供料:無料/テープによる一般向け情報)

大阪 072-726-9922 (365日 24時間)

要通話料

(時間外でもすぐに受診した方が良い時)

- 1 たばこを2cm以上食べたり、たばこの溶けた水を飲んだとき。
- 2 ナッツやおもちゃなどを飲み込んで、急に咳き込んだとき。
- 3 医薬品、漂白剤、殺虫剤などを飲んだとき。

小児救急電話相談

電話番号 011-232-1599

または

短縮ダイヤル 8000

(短縮ダイヤルはプッシュ回線や携帯電話から)



電話相談の受付時間

月曜日～土曜日 午後7時～午後11時
日曜日・祝日・年末年始は行っていません。



どんなことが相談できるのか？

こどもが夜間に、急な病気や事故で具合が悪くなったとき、
家庭でどのように対処すればよいか？
直ちに医療機関にかかる必要があるか？ について

電話で看護師が助言を行っています。
さらに専門的な判断が必要な場合には、小児科医が
助言を行います。



函館市夜間急病センター

診療時間 午後7時30分～深夜0時
年中無休で診療しております

診療科目 小児科・内科・外科

電話番号 0138-30-1199

住所 函館市五稜郭町23番1号
(函館市総合保健センター内2階)

受診される時は、健康保険証、
各医療費受給者証、お薬手帳を
お忘れなく



休日当番医

内科・小児科・外科 日曜・祝日 午前9時～午後5時まで
眼科・産婦人科・耳鼻科 日曜 午前9時～正午まで

休日の新聞、または下記の電話でご確認ください。

救急当番医や最寄りの医療機関を探すときに

～ 北海道救急医療・広域災害情報システム ～

フリーダイヤル 0120-20-8699

携帯電話・PHS 011-221-8699

インターネット <http://www.qq.pref.hokkaido.jp>

市立函館保健所ホームページもご利用ください

<http://www.city.hakodate.hokkaido.jp/hokensyo/>

お父さんお母さんへのお願い

小児救急医療を守るために

～みなさまのご理解とご協力をお願いします～



いま、道南の小児救急が危ないのです。

例えば、函館市内で夜間や休日にお子さんが
入院できる病院は
共愛会病院 五稜郭病院 市立函館病院 中央病院 の
4つしかありません(5年前は6つありました)。

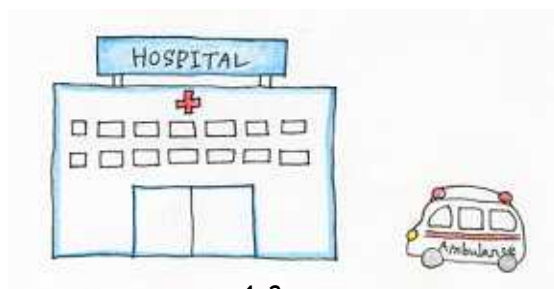
勤務小児科医も2/3に減りました。

しかも、症状の軽い患者さんが
夜間、休日に受診するために小児科医の負担が
大きくなってしまいました。


このままだと、本当に重症のお子さんが入院できない、
ということがおこってしまいます。

函館以外でも、病院によっては、たった一人の小児科医が
昼間も夜間も働いています。

昼間受診できる方はなるべく昼間のうちに受診してくださ
るようお願いいたします。



夜間や休日の当番医をさがす（小児救急）

	月～金曜日	土曜日	日曜日・祝日
午前	かかりつけ医へ		<p>< 休日当番医 ></p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝刊で確認 ・下段の< 北海道救急医療・広域災害情報システム > に電話して確認 <p>詳しくは12ページ参照</p>
午後			
19:30まで	<p>15ページの一覧表および、下段の< 北海道救急医療・広域災害情報システム > で確認</p> <p>市立函館保健所ホームページもご利用ください http://www.city.hakodate.hokkaido.jp/hokensyo/</p>		
19:30～深夜0時	<p>< 函館市夜間急病センター ></p> <p>函館市五稜郭町23番1号 0138-30-1199 詳しくは12ページ参照</p>		
深夜0時～9時	<p>< 北海道救急医療・広域災害情報システム > に電話して確認</p> <p>0120-20-8699 (フリーダイヤル) か 011-221-8699 (携帯電話・PHS) 詳しくは12ページ参照</p>		

夜間などに診療を実施している医療機関一覧（平日 18時30分以降，土曜日 13時30分以降，日曜日 17時以降）

平成21年9月1日現在の情報であるため，この内容に一部変更がある場合もありますので，受診される場合は必ず電話等でご確認ください。

診療科目	医療機関名	住所	電話番号	月	火	水	木	金	土	日	備考
内科	飯田内科クリニック	函館市松陰町1-6	32-7000	~19:30		~19:30		~19:30			
内科	おいた内科クリニック	函館市日吉町3-35-6	32-3028	~19:00		~19:00		~19:00			
内科	かたやま内科消化器科	函館市日吉町2-8-17	32-3221	~19:00							
内科	協立消化器循環器病院	函館市美原3-2-16	46-1300	~19:00	~19:00	~19:00	~19:00	~19:00			
内科	五稜郭ネフロクリニック	函館市本通1-7-20	31-1717	~18:30		~18:30		~18:30			
内科	さとう内科クリニック	函館市時任町33-9	53-3166	~19:00			~19:00				
内科	佐藤皮膚科・循環器内科医院	函館市五稜郭町28-1	55-7005	~19:00	~19:00	~19:00		~19:00			
内科	菅原内科クリニック	函館市昭和3-36-11	34-2221	~19:00	~19:00		~19:00	~19:00	~13:30		
内科	富岡町森内科クリニック	函館市富岡町2-59-1	43-2500	~19:00		~19:00					第3月曜日 18:30終了
内科	富田病院	函館市駒場町9-18	52-1112	~19:00			~19:00				
内科	内科高橋清仁クリニック	函館市美原1-14-12	40-5100		~19:00						
内科	西堀病院	函館市中道2-6-11	52-1531		~19:00						
内科	はらだ内科消化器科クリニック	函館市昭和2-37-20	40-6700	~19:00			~19:00				
内科	深瀬病院	函館市松川町30-12	41-1221	~19:00	~19:00	~19:00	~19:00	~19:00	~15:00		休日当番医の場合 日曜日19:30まで
内科	古河内科	函館市五稜郭町20-15	55-2220		~19:00		~19:00				
内科	みはら内科クリニック	函館市本通3-9-14	84-5866	~19:00	~19:00	~19:00		~19:00			
内科	山城消化器科内科クリニック	函館市美原5-19-2	47-7011	~19:00		~19:00					
内科	稜北内科・小児科クリニック	函館市中道2-51-1	54-3116		~19:30		~19:30				
小児科	五稜郭ファミリークリニック小児科	函館市柏木町11-10	31-6660	~18:30	~18:30	~18:30	~18:30	~18:30			
内科・小児科	中川内科クリニック	函館市桔梗3-14-37	46-8008	~19:00	~19:00	~19:00		~19:00			
内科・外科・整形外科	好和会クリニック	函館市西桔梗町246-129	48-6655	~19:00	~19:00	~19:00		~19:00	~15:30		
内科・小児科・外科	葛西内科小児科医院	函館市本町5-10	52-1757	~20:00	~20:00	~20:00	~20:00	~20:00	~20:00		診療開始時間 18:00~
外科・整形外科	岩山整形外科クリニック	函館市本通1-22-13	51-1211	~19:00	~19:00		~19:00	~19:00	~17:00		
整形外科	大村病院	函館市若松町27-16	23-5165				~19:30				
整形外科	久米整形外科医院	函館市亀田町17-30	41-2225	~19:00			~19:00				
整形外科	こが整形外科クリニック	函館市時任町23-9	54-0020	~19:30	~19:30		~19:30	~19:30	~15:00		受付は30分前終了
整形外科	今整形外科	函館市本町30-36	52-7551				~18:30				
整形外科	とぎや整形外科医院	函館市昭和4-15-23	41-6356	~20:00	~20:00	~20:00	~20:00	~20:00			
整形外科	深瀬整形外科医院	函館市亀田町2-10	44-2000		~19:00			~19:00			
整形外科	平山医院	函館市東雲町6-11	22-4821		~19:00						
整形外科	宮本整形外科	函館市川原町10-1	55-6115			~19:00					
整形外科	八木原整形外科クリニック	函館市美原1-14-12	45-5050		~19:00			~19:00			
整形外科	山の手整形外科クリニック	函館市山の手2-10-1	86-7111	~19:00	~19:00		~19:00	~19:00	~19:00		土曜日 15:00~
内科	やま内科胃腸科医院	函館市東山2-5-20	51-1161						~13:30		
小児科	こどもクリニック	函館市鍛冶2-25-3	56-8586						~14:00		
内科・小児科	山本クリニック	函館市美原1-7-1	45-4106						~18:00	~18:00	土曜日14:00~ 日曜日10:00~

医療機関名は，診療科ごとに五十音順で掲載しています。



救急車の呼び方

指令係 (消防)	通報者
はい119番です 火事ですか？救急ですか？	救急です
住所はどちらですか？	町 番 号です
近くに何か目標物 (店、学校など) はありますか？	公園の裏側です
どうしましたか？	才の男の子が腹痛です
あなたの名前と電話番号は？	です。 電話番号は - です
救急車が出動しますので、 誘導に出られたら出てください	

119番では、出血していれば止血、呼びかけに応じず呼吸が無ければ心肺蘇生法(人工呼吸や心臓マッサージ)などの応急手当を指導するので、その指示に従って積極的に実施してください。

かかりつけ医メモ

医療機関名

電話番号

診察券番号

診療時間

メ モ

小児救急ガイドブック
～ 目でみる救急箱～

2009年9月発行

監 修 函館小児科医会
函館市医師会
編集・発行 市立函館保健所 保健企画課

〒040-0001

函館市五稜郭町23番1号

TEL 0138-32-1512

E-mail

hc-eiseigyousei@city.hakodate.hokkaido.jp