

緊急時対処法マニュアル

目次

緊急時の連絡について

回復体位について

意識不明時の対処

嘔吐時の対処

熱中症の対処

てんかん発作時の対処

誤飲した場合の応急処置

【緊急時の連絡先について】

傷病者の発見者は、自身で緊急通報等を行わず、
必ず緊急連絡系統図等に従い指定の連絡先に連絡すること。
また、各項目で緊急連絡を必要とする場合は以下の連絡先を
参照し適切な連絡を心がけること。

【法人本部】

電話番号 072-286-2260

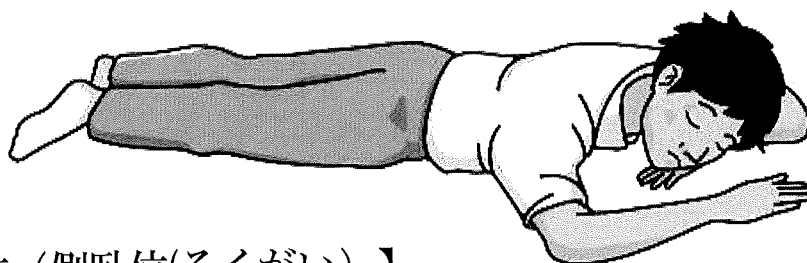
【回復体位について】

症状の種類にかかわらず、傷病者の安静を確保するためには傷病者に以下の体位をとらせる必要がありますが、強制ではないことに留意してください。

各項目で回復体位を必要とされた際は以下の項目を参照してください。

【腹臥位(ふくがい)】

- ・ 腹ばいで顔を横に向ける
- ・ 嘔吐時や背中に負傷した際に適している



【回復体位 (側臥位(そくがい))】

・ 横向きに寝かせ、下あごを前に出して気道を確保し、両肘を曲げ上側の手の甲を顔の下に入れ上側の膝を約90度(直角)に曲げて後ろに倒れないようにする体位である

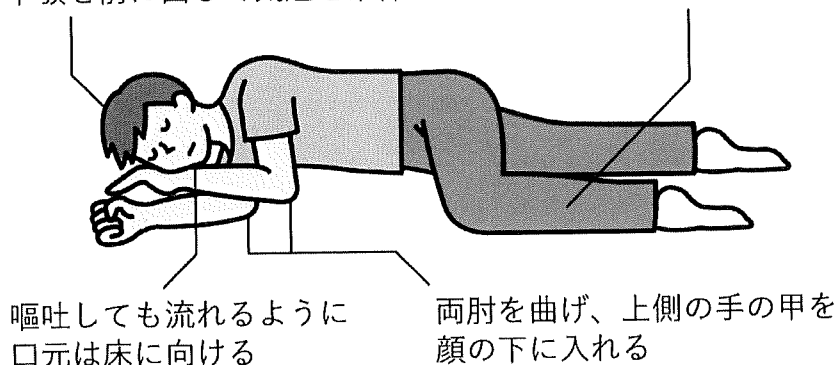
- ・ 呼吸をしやすくする体位
- ・ 吐いた物を口から取り除きやすい
- ・ 窒息防止に有効である

【回復体位】

©medical terrace produce by trend-sakura

頭を少し上にそらせ、
下顎を前に出して気道を確保する

上側の足を90度に曲げ、
姿勢を安定させる



嘔吐しても流れるように
口元は床に向ける

両肘を曲げ、上側の手の甲を
顔の下に入れる

【意識不明時の対処】

① フローチャート

倒れている対象者を発見



傷病者の意識の有無を確認

大声で呼びかけ体をゆする



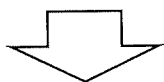
呼びかけに反応がない場合は周囲の人を集め緊急連絡やAEDの用意を手分けして行う

※近隣のAED設置場所 【南海高野線 初芝駅構内】



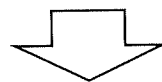
胸と腹部の働き（呼吸により上がったたり下がったりするか）を10秒以内で集中的に観察

呼吸がある



気道確保を行い必要であれば回復体位にして救急隊の到着まで保温

呼吸がない



心肺蘇生を開始

②心肺蘇生法

【心肺蘇生法・胸骨圧迫】

- ① 胸骨の下半分、胸の真ん中に手の付け根を置き両手を重ねて圧迫する
- ② 肘を真っ直ぐ伸ばし、100～120 回/分の速さで継続出来る範囲で強く、圧迫を繰り返す ※ 5秒の間に8回以上なら100回/分以上を満たしている。
- ③ 継続出来る範囲で「強く」が良い。押したらしっかりと胸を元に戻す。

※訓練を受けていない救助者は自動体外式除細動器（AED）、または救急隊到着まで胸骨圧迫だけ続ける。

- ・極力ほかの人の協力を得る。秒単位で123…と数えてもらう等でもよい。
- ・可能であれば協力者に1 分間だけでも代わってもらう。
「強く早く」を維持するためにも交代は必要である。
- ・胸骨圧迫を中断する時間は最小限にする。

③AED の場所の補足

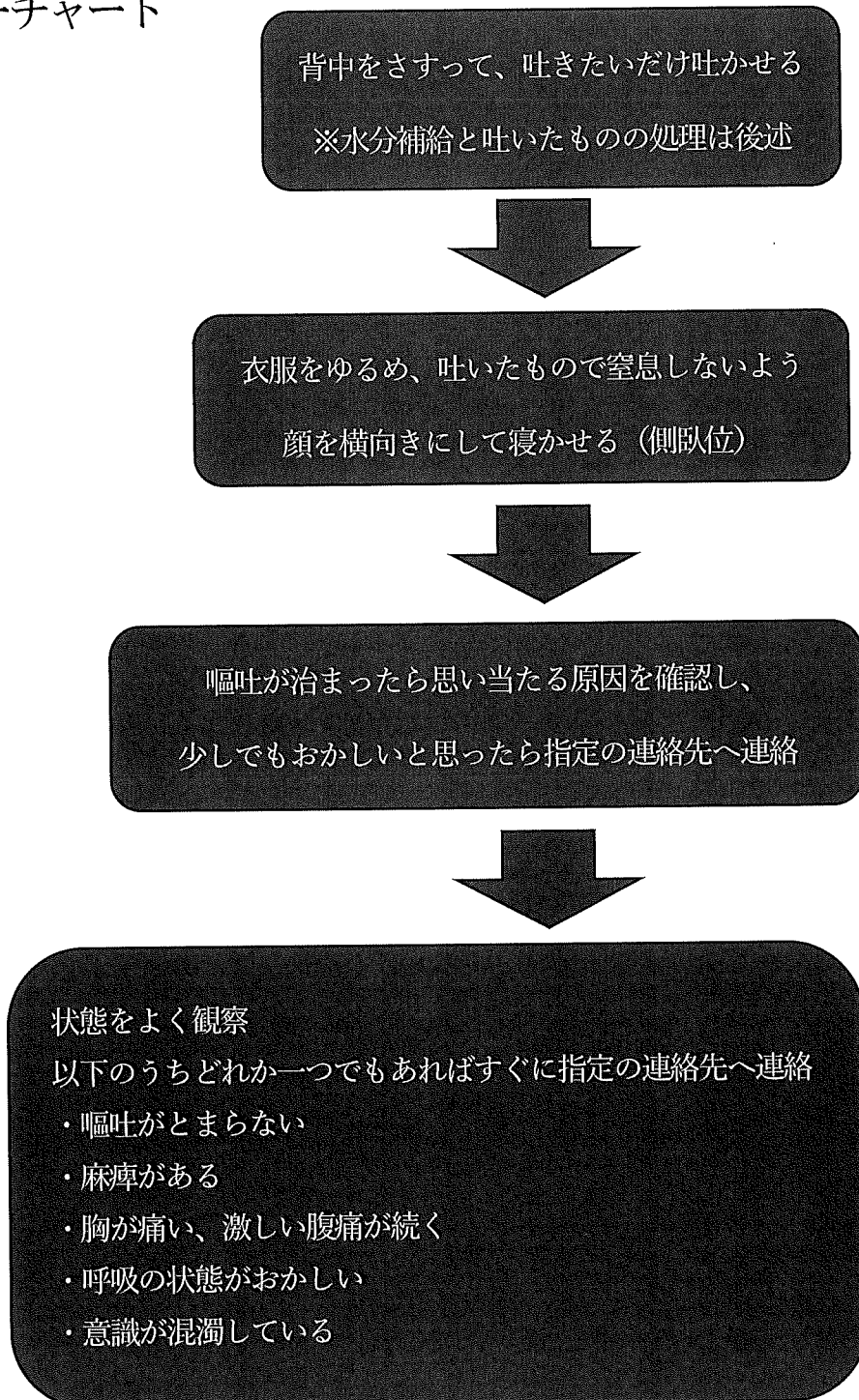
AED を必要とする状況になった場合、心肺蘇生を行う人とは別の人がAED の用意をしなければなりません。

多くの人が日ごろから設置場所を意識しなければならないため下記の設置状況を定期的に周知する必要があります。

【嘔吐時の対処】

吐き気・嘔吐は何らかの形で嘔吐中枢が刺激されることで起こります。刺激の要因には様々なものがありますが、胃腸の病気など何らかの病気が原因である可能性もあります。吐き気・嘔吐の程度や、それに伴う症状によっては治療が必要な場合があります、注意が必要です。以下の手順を参考に応急手当を行い、対応をお願いします。

① フローチャート



②汚物の処理

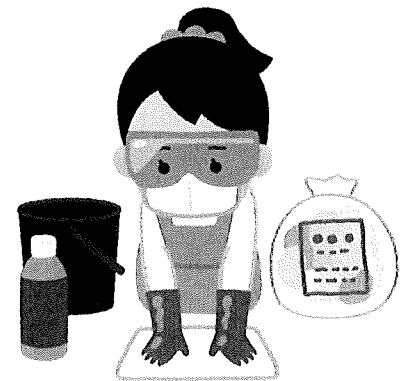
吐き気・嘔吐の原因には様々なものがあります。また多くの場合他の症状を伴って起こり、それが原因であることが考えられます。

- ・腹痛や発熱、下痢などの症状を伴う ⇒胃腸炎など胃腸の病気
- ・ろれつが回らない、しびれや麻痺、頭痛などを伴う⇒脳や神経の病気
- ・めまいを伴う ⇒耳鼻科の病気

この中で、特に胃腸の病気が原因である場合、汚物の処理には注意が必要です。

嘔吐の原因が食中毒である場合、二次感染の危険性があり、嘔吐物の処理には細心の注意を払ってください。

ノロウイルス、ロタウイルスは非常に感染力が強く、50倍～100倍に薄めた塩素系漂白剤（ペットボトル1本に対しキャップ程度の割合で薄めたもの）や哺乳瓶用の消毒液などでなければ消毒できません。また塩素系漂白剤を薄めたものを使用する場合は、作り置きでは効果がありません。



急を要する場合、使い捨てのマスクと手袋を着用し、吐瀉物が乾燥する前にペーパータオルなどで取り除き、ビニール袋に入れて処理してください。



③ 水分補給

嘔吐 胃腸炎に伴う下痢や嘔吐の際には、汚物とともに大量の水分が失われます。こうした水分とは体液であり、水だけでなく塩分も大量に失われており水を飲めばいいというわけではありません。逆に水だけを飲むことによって、塩分欠乏型脱水症状に陥り症状が悪化してしまう危険性があります。

応急処置の際には、経口補水液を飲ませるなどして、塩分も補給させてください。

水分補給に適した飲料の例

- ・経口補水液、OS-1
- ・ポカリスエット
- ・アクエリアス
- ・麦茶

※糖分を含んだ飲料の大量摂取は容態を悪化させる可能性があるため避けたほうが良い。

【熱中症の対処】

熱中症が疑われる人がいたら

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温)

チェック2 呼びかけに応えますか？

はい

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

チェック3 水分を自力で摂取できますか？

はい

水分・塩分を補給する

大量に汗をかいている場合は、
塩分が入ったスポーツドリンク
や経口補水液、食塩水がよい。

チェック4 症状がよくなりましたか？

はい

そのまま安静にして十分に
休息をとり、回復したら
帰宅しましょう

救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に応急
処置を始めましょう。呼びかけへ
の反応が悪い場合は無理に水を飲
ませてはいけません。

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

氷のう等があれば、首、わきの下、
太もものつけ根を集中的に冷やし
ましょう

医療機関へ

本人が倒れたときの状況を知って
いる人が付き添って、発症時の状
態を伝えましょう

【てんかん発作の対処】

1. 発作のタイプ

- 単純部分発作 意識はあり、からだの一部がひきつる、ピクピクする。
また、からだの一部がヒリヒリ、チクチクすると感じることもある。
- 複雑部分発作 ボーツとして、意識がはっきりとせず、口をもぐもぐさせる、口をペチャペチャならす、周囲を歩き回るといった行動がみられることがある（自動症）発作後、もうろうとした状態が続くことがある。
- けっしん発作 意識を失いボーツとする、会話や動作が中断するといった症状がみられる。発作の始まりと終わりがはっきりしない場合もある。
数秒～数十秒続く。
- ミオクロニー 全身あるいは手足が一瞬ピクツとする発作で、物を落とすことがある。
- 脱力発作 急にからだの力が抜けて、物を落としたり、からだごと前や後ろに倒れてケガをすることがある。
- 強直発作 全身に力が入り、突っ張った状態になる。倒れることもある。
発作時間は数秒から1分以内
- かんたい発作 からだが律動的にピクピク、ガクガクする症状がみられる。
- 強直間代発作 突然意識を失って強直発作がおこり、その後に間代発作がおこる。

2. 発作がおこったとき

① 発作中に絶対してはいけないこと

- 口にタオルをかませたり、箸を入れたりしてはいけない。

（窒息してしまったり口の中を傷つける恐れがある為）

② 発作中にできればやっておきたいこと

- 衣服をゆるめて、気道を確保する
- 吐物による窒息を避けるために横向きに寝かせる
- けいれんの発作様式や持続時間を記録する
(医師への説明の際に必要なので、携帯で動画をとる)
- 5分前後で救急車を呼ぶかどうかの判断をする。

③ 救急車を呼ぶ基準

- 5分たっても、発作がおさまらない。
- 発作が頻発する。とくに意識が回復しないうちに次の発作がおこる。
- 特に顔色が悪く、呼吸が不規則な状態が続く。
- 対応する方法がわからない、あるいは不安でどうしていいかわからない場合。

④ けいれん発作がおこったとき

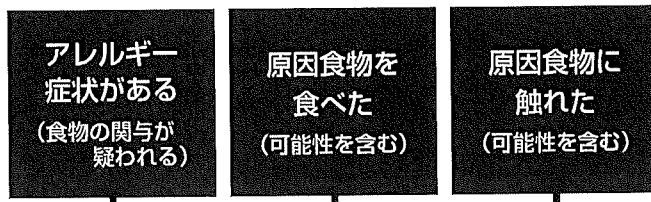
- 家具や危険なもの（鋭利なもの、ストーブや熱湯など）を遠ざける。
- 衣服のえりなどをゆるめる。
- 食事中や食後に発作がおきた場合は、食べ物がのどにつかえることがないようにする。
- 発作中、発作後に嘔吐することがあるため、吐きそうになったらゆっくり顔を横に向けて、吐物がのどにつまらないようにする。

⑤ 意識がぼんやりする発作がおこったとき

- 危険なものを遠ざける
- 意識が回復するまで近くで見守って、意識が戻ったことを必ず確認する。
- 倒れそうなどときには支えて座らせるなどする。

食物アレルギー緊急時対応マニュアル

アレルギー症状への対応の手順



- 発見者が行うこと
- ① 子供から目を離さない、ひとりにしない
 - ② 助けを呼び、人を集める
 - ③ エピペン®と内服薬を持ってくるよう指示する

A 施設内での役割分担

アレルギー症状	
全身の症状 <ul style="list-style-type: none"> ・意識がない ・意識もうろう ・ぐったり ・尿や便を漏らす ・脈が触れにくい ・唇や爪が青白い 	呼吸器の症状 <ul style="list-style-type: none"> ・声がかすれる ・犬が吠えるような咳 ・のどや胸が締め付けられる ・咳 ・息がしにくい ・ゼーゼー、ヒューヒュー
消化器の症状 <ul style="list-style-type: none"> ・腹痛 ・吐き気・おう吐 ・下痢 	皮膚の症状 <ul style="list-style-type: none"> ・かゆみ ・じんま疹 ・赤くなる
顔面・目・口・鼻の症状 <ul style="list-style-type: none"> ・顔面の腫れ ・目のかゆみや充血、まぶたの腫れ ・くしゃみ、鼻水、鼻づまり ・口の中の違和感、唇の腫れ 	

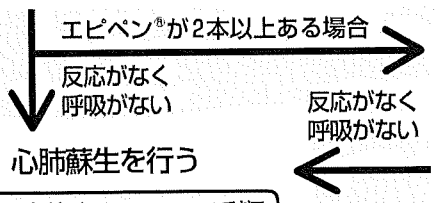
緊急性が高いアレルギー症状はあるか？
5分以内に判断する

B 緊急性の判断と対応 B-1 参照

ある

B 緊急性の判断と対応 B-2 参照

- ① ただちにエピペン®を使用する **C エピペン®の使い方**
- ② 救急車を要請する(119番通報) **D 救急要請のポイント**
- ③ その場で安静にする
- ④ その場で救急隊を待つ
- ⑤ 可能なら内服薬を飲ませる



E 心肺蘇生とAEDの手順

C エピペン®の使い方

ない

内服薬を飲ませる

保健室または、安静にできる場所へ移動する

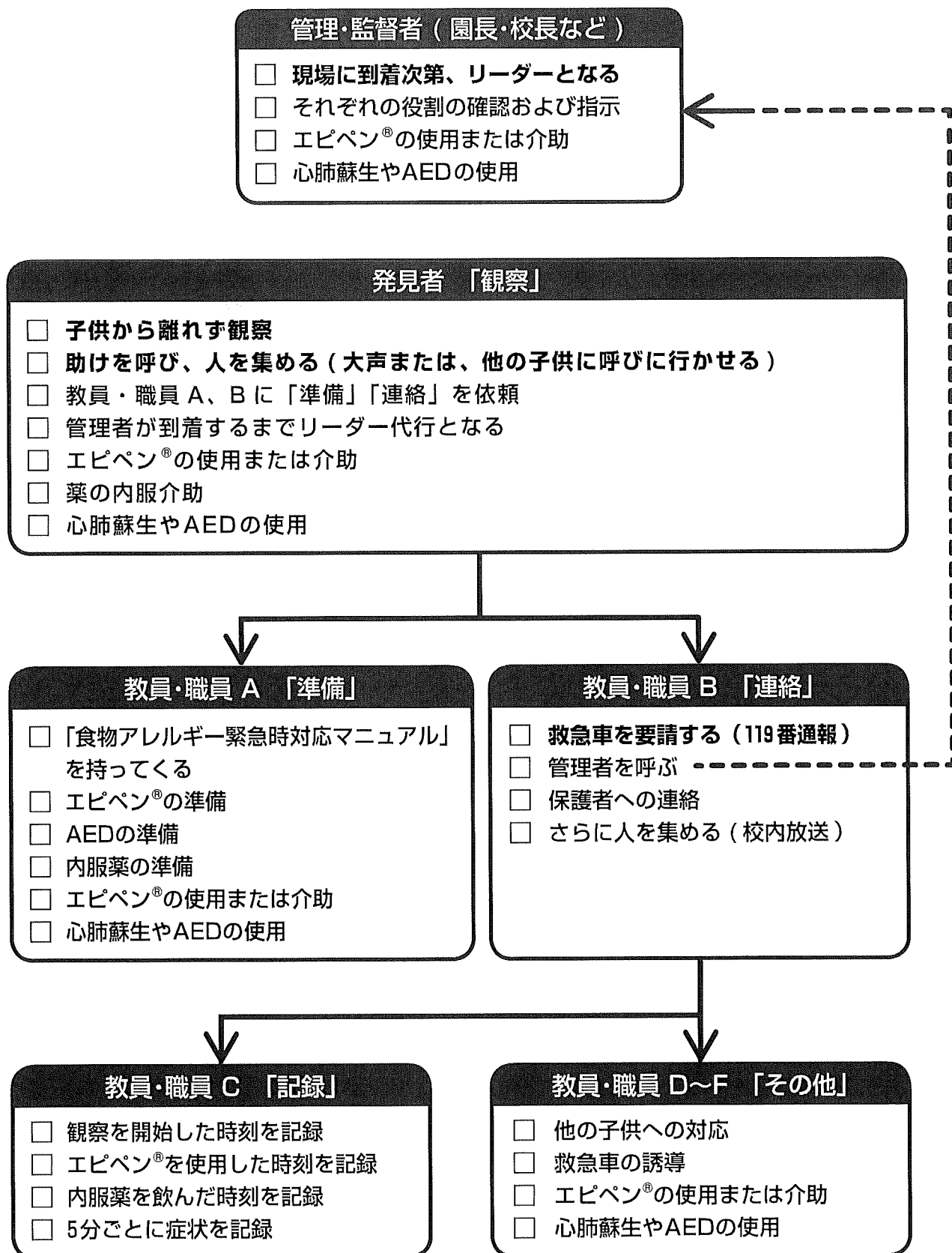
5分ごとに症状を観察し
症状チェックシートに従い
判断し、対応する
緊急性の高いアレルギー症
状の出現には特に注意する

F 症状チェックシート

A

施設内での役割分担

◆各々の役割分担を確認し事前にシミュレーションを行う



B

緊急性の判断と対応

◆アレルギー症状があったら5分以内に判断する！

◆迷ったらエピペン®を打つ！ ただちに119番通報をする！

B-1 緊急性が高いアレルギー症状

【全身の症状】

- ぐったり
- 意識もうろう
- 尿や便を漏らす
- 脈が触れにくいまたは不規則
- 唇や爪が青白い

【呼吸器の症状】

- のどや胸が締め付けられる
 - 声がかすれる
 - 犬が吠えるような咳
 - 息がしにくい
 - 持続する強い咳き込み
 - ゼーゼーする呼吸
- (ぜん息発作と区別できない場合を含む)

【消化器の症状】

- 持続する強い(がまんできない)お腹の痛み
- 繰り返し吐き続ける

1つでもあてはまる場合

ない場合

B-2 緊急性が高いアレルギー症状への対応

① ただちにエピペン®を使用する！

➔ **C** エピペン®の使い方

② 救急車を要請する(119番通報)

➔ **D** 救急要請のポイント

③ その場で安静にする(下記の体位を参照)

立たせたり、歩かせたりしない！

④ その場で救急隊を待つ

⑤ 可能なら内服薬を飲ませる

◆ エピペン®を使用し10~15分後に症状の改善が見られない場合は、次のエピペン®を使用する(2本以上ある場合)

◆ 反応がなく、呼吸がなければ心肺蘇生を行う ➔ **E** 心肺蘇生とAEDの手順

内服薬を飲ませる

↓
保健室または、安静にできる場所へ移動する

↓
5分ごとに症状を観察し症状チェックシートに従い判断し、対応する緊急性の高いアレルギー症状の出現には特に注意する

F 症状チェックシート

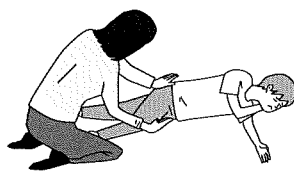
安静を保つ体位

ぐったり、意識もうろうの場合



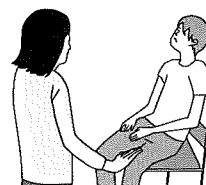
血圧が低下している可能性があるため仰向けで足を15~30cm高くする

吐き気、おう吐がある場合



おう吐物による窒息を防ぐため、体と顔を横に向ける

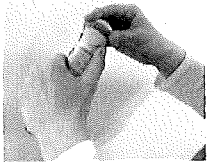
呼吸が苦しく仰向けになれない場合



呼吸を楽にするため、上半身を起こし後ろに寄りかからせる

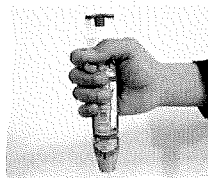
◆それぞれの動作を声に出し、確認しながら行う

① ケースから取り出す



ケースのカバーキャップを開け
エピペン[®]を取り出す

② しっかり握る



オレンジ色のニードルカバーを
下に向け、利き手で持つ

“グー”で握る!

③ 安全キャップを外す



青い安全キャップを外す

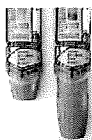
④ 太ももに注射する



太ももの外側に、エピペン[®]の先端
(オレンジ色の部分)を軽くあて、
“カチッ”と音がするまで強く押し
あてそのまま5つ数える

注射した後すぐに抜かない!
押しつけたまま5つ数える!

⑤ 確認する



使用前 使用後

エピペン[®]を太ももから離しオレ
ンジ色のニードルカバーが伸び
ているか確認する

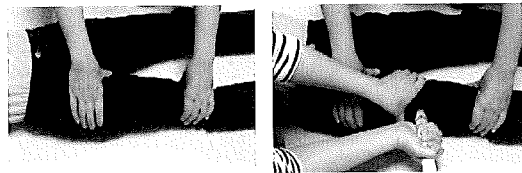
伸びていない場合は「④に戻る」

⑥ マッサージする



打った部位を10秒間、
マッサージする

介助者がいる場合



介助者は、子供の太ももの付け根と膝を
しっかり抑え、動かないように固定する

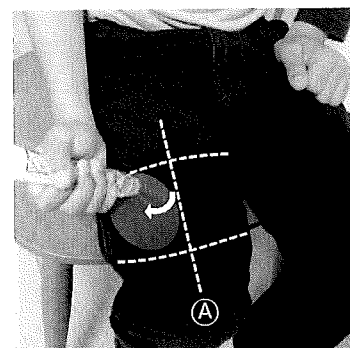
注射する部位

- ・衣類の上から、打つことができる
- ・太ももの付け根と膝の中央部で、かつ
真ん中 (A) よりやや外側に注射する

仰向けの場合



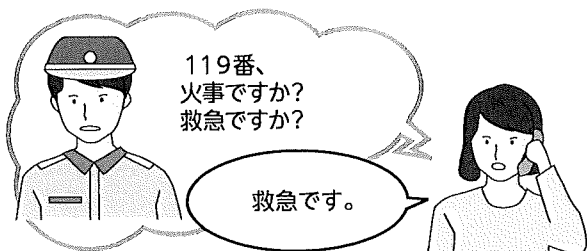
座位の場合



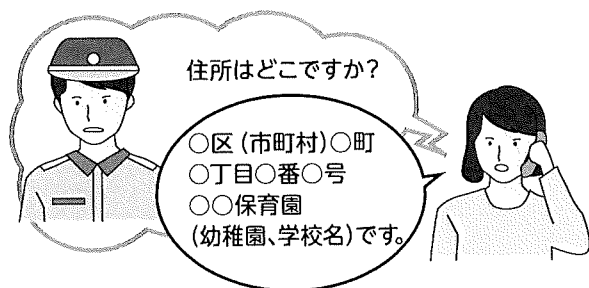


救急要請（119番通報）のポイント

◆あわてず、ゆっくり、正確に情報を伝える

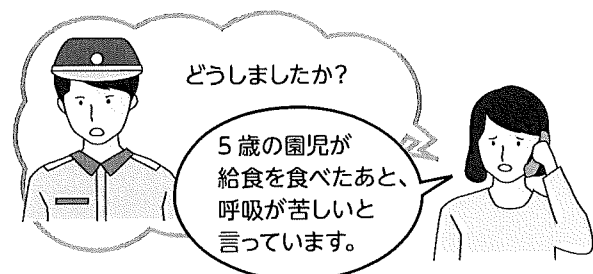


①救急であることを伝える



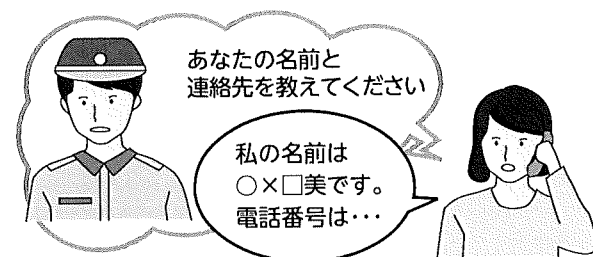
②救急車に来てほしい住所を伝える

住所、施設名をあらかじめ記載しておく



③「いつ、だれが、どうして、現在どのような状態なのか」をわかる範囲で伝える

エピペン®の処方やエピペン®の使用の有無を伝える



④通報している人の氏名と連絡先を伝える

119番通報後も連絡可能な電話番号を伝える

※向かっている救急隊から、その後の状態確認等のため電話がかかってくることもある

- 通報時に伝えた連絡先の電話は、常につながるようにしておく
- その際、救急隊が到着するまでの応急手当の方法などを必要に応じて聞く

心肺蘇生とAEDの手順

◆強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を！

◆救急隊に引き継ぐまで、または子供に普段通りの呼吸や目的のある仕草が認められるまで心肺蘇生を続ける

①反応の確認
肩を叩いて大声で呼びかける
乳幼児では足の裏を叩いて呼びかける

反応がない

②通報
119番通報とAEDの手配を頼む

③呼吸の確認
10秒以内で胸とお腹の動きを見る

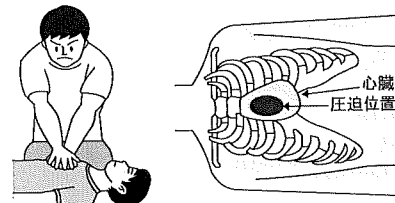
普段通りの呼吸をしていない

※普段通りの呼吸をしているようなら、観察を続けながら救急隊の到着を待つ

④必ず胸骨圧迫！可能なら人工呼吸！
30:2
ただちに胸骨圧迫を開始する
人工呼吸の準備ができ次第、可能なら人工呼吸を行う

⑤AEDのメッセージに従う
電源ボタンを押す
パッドを貼り、AEDの自動解析に従う

【胸骨圧迫のポイント】



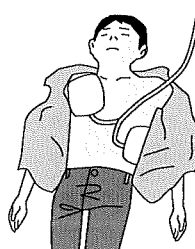
- ◎強く（胸の厚さの約1/3）
- ◎速く（100～120回/分）
- ◎絶え間なく（中断を最小限にする）
- ◎圧迫する位置は「胸の真ん中」

【人工呼吸のポイント】



- 息を吹きこむ際
- ◎約1秒かけて
- ◎胸の上がりが見える程度

【AED装着のポイント】



- ◎電極パッドを貼り付ける時も、できるだけ胸骨圧迫を継続する
- ◎電極パッドを貼る位置が汗などで濡れていたらタオル等でふき取る
- ◎6歳くらいまでは小児用電極パッドを貼る。なければ成人用電極パッドで代用する

【心電図解析のポイント】



- ◎心電図解析中は、子供に触れないように周囲に声をかける

【ショックのポイント】



- ◎誰も子供に触れていないことを確認したら、点滅しているショックボタンを押す

- ◆症状は急激に変化することがあるため、5分ごとに、注意深く症状を観察する
- ◆の症状が1つでもあてはまる場合、エピペン®を使用する
(内服薬を飲んだ後にエピペン®を使用しても問題ない)

観察を開始した時刻(時 分) 内服した時刻(時 分) エピペン®を使用した時刻(時 分)

全身の症状

- ぐったり
- 意識もうろう
- 尿や便を漏らす
- 脈が触れにくいまたは不規則
- 唇や爪が青白い

呼吸器の症状

- のどや胸が締め付けられる
- 声がかすれる
- 犬が吠えるような咳
- 息がしにくい
- 持続する強い咳き込み
- ゼーゼーする呼吸

数回の軽い咳

消化器の症状

- 持続する強い(がまんできない)お腹の痛み
- 繰り返し吐き続ける

- 中等度のお腹の痛み
- 1～2回のおう吐
- 1～2回の下痢

- 軽いお腹の痛み (がまんできる)
- 吐き気

目・口・鼻・顔面の症状

- 顔全体の腫れ
- まぶたの腫れ

- 目のかゆみ、充血
- の中の違和感、唇の腫れ
- くしゃみ、鼻水、鼻づまり

皮膚の症状

- 強いかゆみ
- 全身に広がるじんま疹
- 全身が真っ赤

- 軽度のかゆみ
- 数個のじんま疹
- 部分的な赤み

上記の症状が
1つでもあてはまる場合

1つでもあてはまる場合

1つでもあてはまる場合

- ①ただちにエピペン®を使用する
- ②救急車を要請する(119番通報)
- ③その場で安静を保つ
(立たせたり、歩かせたりしない)
- ④その場で救急隊を待つ
- ⑤可能なら内服薬を飲ませる

B 緊急性の判断と対応 B-2参照

ただちに救急車で
医療機関へ搬送

- ①内服薬を飲ませ、エピペン®を準備する
- ②速やかに医療機関を受診する
(救急車の要請も考慮)
- ③医療機関に到着するまで、5分ごとに症状の変化を観察し、の症状が1つでもあてはまる場合、エピペン®を使用する

速やかに
医療機関を受診

- ①内服薬を飲ませる
- ②少なくとも1時間は5分ごとに症状の変化を観察し、症状の改善がみられない場合は医療機関を受診する

安静にし、
注意深く経過観察

緊急時に備えるために

本マニュアルの利用にあたっては、下記の点にご留意ください。

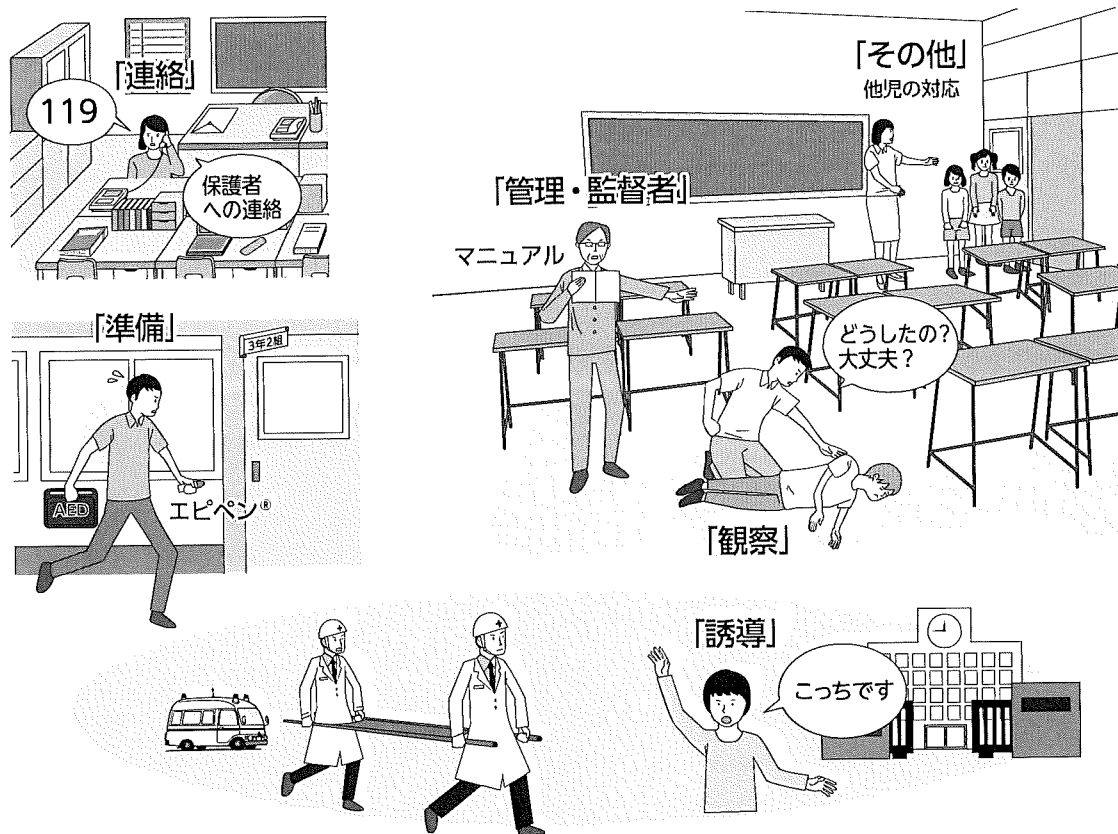
- ☆ 保育所・幼稚園・学校では、食物アレルギー対応委員会を設置してください。
- ☆ 教員・職員の研修計画を策定してください。東京都等が実施する研修を受講し、各種ガイドライン[※]を参考として校内・施設内での研修を実施してください。
- ☆ 緊急対応が必要になる可能性がある人を把握し、生活管理指導表や取組方針を確認するとともに、保護者や主治医からの情報等を職員全員で共有してください。
- ☆ 緊急時に適切に対応できるように、本マニュアルを活用して教員・職員の役割分担や運用方法を決めておいてください。
- ☆ 緊急時にエピペン[®]、内服薬が確実に使用できるように、管理方法を決めてください。
- ☆ 「症状チェックシート」は複数枚用意して、症状を観察する時の記録用紙として使用してください。
- ☆ エピペン[®]や内服薬を処方されていない（持参していない）人への対応が必要な場合も、基本的には「アレルギー症状への対応の手順」に従って判断してください。その場合、「エピペン[®]使用」や「内服薬を飲ませる」の項は飛ばして、次の項に進んで判断してください。

※ 各種ガイドライン

- ・「食物アレルギー対応ガイドブック」（平成22年 東京都福祉保健局発行）
- ・「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」（平成23年 厚生労働省発行）
- ・「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン」（平成20年 財団法人日本学校保健会発行）

この食物アレルギー緊急時対応マニュアルは

(http://www.tokyo-eiken.go.jp/kj_kankyo/allergy/to_public/) よりダウンロードできます。






平成25年7月初版 登録番号(28) 49
平成29年3月改定
【監修】 東京都アレルギー疾患対策検討委員会
【編集・協力】 東京都立小児総合医療センター アレルギー科
東京消防庁・東京都教育委員会
【発行】 東京都健康安全研究センター 企画調整部健康危機管理情報課
電話 03(3363)3487

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

子どもが誤飲した時の応急処置

少量であれば、あまり心配しなくてもいいもの

ただし何か症状があった場合には病院を受診しましょう

飲み込んだ物	危険度	水分を取らせてもよいもの*	おうちでの応急処置
紙	★		喉に引っかかったりせず、飲み込んでしまったのであれば、自宅で様子を見ましょう。
クレヨン	★		主成分はろうそくの口と顔料です。食べてしまっても心配ありません。
水彩絵の具	★		水彩絵の具は中毒の心配はありません。
粘土	★		少量であれば心配ありません。小麦粘土はアレルギーがある場合にはすぐに受診しましょう。
シャボン玉液	★		製品の毒性は高くありません。少量であれば自宅で様子を見ましょう。ストローから吸い込んでしまうことが多いので、小さなお子さまは、シャボン玉遊びはしないようにしましょう。
化粧水	★		エタノールというアルコールの成分が含まれているので、たくさん飲むと、お酒を飲んで酔っ払ったようになります。なめたり、一口程度であれば、様子を見ましょう。
クリーム・口紅	★		油性成分があるので、大量に食べると吐いたり、下痢するかもしれませんが、通常お子様が食べる量であれば、ほとんど心配ありません。
石鹸	★	水分を取らせてもよい 	製品の毒性は高くありません。自宅で様子を見ましょう。
シャンプー	★		口の中や喉の粘膜の刺激はありますが、お子さまが飲む程度の量であれば、中毒の心配はほとんどありません。吐いたり、腹痛があれば受診しましょう。
台所用洗剤	★★		弱酸性、弱アルカリ性、中性の洗剤であれば毒性は高くありません。少量であれば口をすすいで、様子を見ましょう。
芳香剤	★		ゲルや粒状の製品であれば心配ありません。液体やスプレーの製品はアルコール類が使用されているので、大量に飲んだ場合には受診しましょう。
シリカゲル(乾燥剤)	★		消化管から吸収されないため、ほとんど毒性はありません。家庭用の小さな包装されている量であれば、食べても中毒の心配はありません。
体温計の水銀	★		体温計の水銀は金属水銀で、かつて水俣病を引き起こした有機水銀化合物とはちがうものです。体内にはほとんど吸収されずに、うんちとして排泄されます。
蚊取り線香	★		含まれる殺虫成分の量は少なく、ほとんど心配ありません。ただし使用中であればやけどに注意しましょう。
パラジクロロベンゼン(防虫剤)	★★★	水 ×牛乳  	少量であればあまり問題になりません。牛乳をのませてもはいけません。体への吸収が早くなります。大量に食べた場合には、すぐに受診しましょう。

*水分を飲ませることは必須ではなく、飲ませることは嘔吐のリスクがあることに留意しましょう。また痛みや吐き気など症状があるときには何も飲ませずはいけません。

子どもが誤飲した時の応急処置



すぐに受診しなければならないもの

飲み込んだ物	危険度	水分を取らせてもよいもの*	おうちでの応急処置
ボタン電池	★★★★		電圧の高いリチウム電池は特に危険。 すぐに受診しましょう。
複数の磁石	★★★★		特に磁力の強い磁石は、お腹の中で磁石同士がくっついて、 胃や腸に穴が開くことがあります。すぐに受診しましょう。
釘、画鋏など鋭利な物	★★★	なにも 飲ませない 	すぐに受診しましょう。
たばこ	★★		小さなお子さんでは、 タバコ1本に含まれるニコチンが致死量になります。 食べたタバコの量が2cm以内であれば 自宅で様子をみましょう。
ホウ酸団子	★★★		市販されているものであれば、 1/4個以上食べていると中毒の危険があります。
香水	★★	水分を 取らせても よい 	エタノールというアルコールの成分が 高濃度で含有されています。 お酒に酔っ払ったような症状がみられます。 なめた程度であれば 自宅で様子をみても大丈夫ですが、 5ml以上の飲んだ時には、受診しましょう。
しょうのう(防虫剤)	★★★	なにも 飲ませては いけません 	毒性が高く、少量でも危険です。 かけらでも食べている場合には、すぐに受診しましょう。 なにも飲ませてはいけません。 痙攣を起こしてしまうので、吐かせてはいけません。
ナフタリン(防虫剤)	★★★	水 ×牛乳 	かけらでも食べている場合には、すぐに受診しましょう。 牛乳を飲ませてはいけません。
油性絵の具	★★★	水 ×牛乳 	顔料に含まれている重金属による 中毒を起こす可能性があります。 すぐに受診しましょう。 牛乳を飲ませてはいけません。

*水分を飲ませることは必須ではなく、飲ませることは嘔吐のリスクがあることに留意しましょう。
また痛みや吐き気など症状があるときには何も飲ませてはいけません。

電話で相談
することも
できます

大阪中毒110番

365日
24時間対応

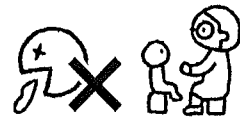
072-727-2499

つくば中毒110番

365日
9~21時

029-852-9999

子どもが誤飲した時の応急処置



すぐに受診しなければならないもの 絶対に吐かせてはいけないもの

飲み込んだ物	危険度	水分を取らせてもよいもの※	おうちでの応急処置
灯油、ガソリン	★★★★★		誤って気管に入った場合、肺炎を起こします。吐かせずに、すぐに受診しましょう。
マニキュア・除光液	★★★★	なにも飲ませてはいけません ✕	身近な化粧品の中では最も毒性が高く、危険です。誤って気管に入ってしまうと化学性の肺炎を起こすので、吐かせずに、すぐに受診しましょう。
液体蚊取り	★★★★		石油系の溶剤が含まれていて、誤って気管にはいってしまうと、化学性の肺炎をおこします。吐かせずに、すぐに受診しましょう。
塩素系漂白剤	★★★★		口にすると少量でも粘膜がただれてしまい危険です。吐かせずに、すぐに受診しましょう。
洗浄剤 (トイレ、排水パイプ用)	★★★★	水分を取らせてもよい※ ☺	酸性、アルカリ性洗浄剤を飲み込んだ場合、口、食道、胃などの粘膜がただれます。原液や濃厚なものを少しでも口に入れた場合には、吐かせずに、すぐに受診しましょう。
生石灰(乾燥剤)	★★★★		水に触れると熱を発して口の中や食道の粘膜を火傷します。吐かせずに、受診しましょう。

※水分を飲ませることは必須ではなく、飲ませることは嘔吐のリスクがあることに留意しましょう。また痛みや吐き気など症状があるときには何も飲ませてはいけません。



水中毒の症状

水中毒とは、精神疾患を患っている方に多くみられるもので、多飲症の結果起こる病態のことです。水分を多量に摂取することによって尿の処理能力が低下すると「希釈性低ナトリウム血症」という状態が起こります。血液中のナトリウム濃度が低下し、電解質のバランスが崩れるからです。

また、乾燥する冬場や猛暑の夏などに、多量の水分を摂取することで精神疾患がない人でも発症することがあります。

ナトリウムが低下すると、次のような症状が出るようになります。

軽症の場合

めまい 頭痛 頻尿 疲労感 浮腫（ふしゅ） 下痢 など

水分を大量に摂取し過ぎることで、血中ナトリウム濃度が低下し、上記のような症状が現れます。めまいなどの症状に加えて、多尿・頻尿の症状がある場合は水中毒が疑われるでしょう。

重症の場合

錯乱 嘔吐 意識障害 呼吸困難 脳浮腫によるけいれん 肺水腫 うっ血性心不全
など

重症の場合は、命の危険に晒（さら）されることもあります。

水中毒を起こす5つの原因

水中毒になる原因は、主に次の5つが考えられます。

- 不安・幻覚・妄想・焦燥などの症状（※）から、多飲傾向になる。
※これらはいずれも精神疾患の病態
- 向精神薬（定型抗精神病薬など）を服用することで生じる副作用の口渇。
これが原因で、飲み物を飲むことが習慣化し、強迫観念でさらに多飲傾向になる。
- 精神薬を長期的に服用すると、視床下部（※）の口渇中枢を刺激して、さらに抗利尿ホルモンの分泌が促され、水分貯留を起こす。
※内臓や内分泌の働きを制御し、自律神経を調整する脳の部位
- ストレスなどにより、多量に水分を摂取してしまう。
- ダイエット時の空腹を紛らわすために、水分を多量に取る。

塩分は時間をかけて、ゆっくり補充

水中毒を起こした場合には、水分の制限・塩分（塩化ナトリウム）を補充する必要があります。

しかし、急速な塩分の補充には気をつけてください。

脳の損傷を招く恐れがあるため、塩分は時間をかけて徐々に補充する必要があります。

- こまめな経口補水液（スポーツドリンク）の摂取
- 梅干し・塩あめなどの補給

これらも、塩分の補充には有効とされています。

水中毒にならないための対策

次のようなことが、水中毒の予防策になります。

- 一度に多量の水分摂取を行うのではなく、少量ずつを何回かに分けて摂取する
- 水分摂取の合間に、うがいなどで口内を潤す
- 摂取する水分を、経口補水液にする など

水だけを摂取していると、低ナトリウム血症が起こりやすいです。

ナトリウムを含んでいる経口補水液（スポーツドリンク）で水分を補給するようにすると、低ナトリウム血症を防ぐことができます。