



小児医療(夜間・休日)の上手なかかり方

1 緊急を要するか迷った時は まず相談しましょう



こどもの急病、ケガなどで不安なときや、迷ったりしたときは、「かかりつけ医」や「子ども医療電話相談」などに相談しましょう。看護師がお子様の症状への対処方法についての助言、医療機関を紹介します。

●北播磨圏域子ども医療電話相談

☎(0794)62-1371

相談時間/18:00~22:00(祝祭日、年末年始を除く)

●兵庫県子ども医療電話相談(＃8000)

①☎＃8000

②☎(078)304-8899(市外局番が06または072、ダイヤル回線、IP電話)

相談時間/平日・土曜日 18:00~翌朝8:00

日曜祝日、年末年始 8:00~翌朝8:00

携帯電話に電話番号を登録しておきましょう!



●こどもの救急ホームページ (日本小児科学会監修)

アドレス <http://kodomo-qq.jp/>

診療時間外に医療機関を受診するかどうかを、

症状別にチャート式で判断できます。(対象年齢:生後1ヶ月~6歳)



2 小児救急医療機関を探しましょう

●市町広報誌、新聞等も 確認しておきましょう



●インターネットを利用する場合

北播磨県民いきいき情報

<https://kitaharima-ikiiki.com/>



普段から、救急の場合の受診先を確認しておきましょう。

3 小児救急医療機関を受診しましょう



子どもの症状や様子の分かる人が連れて行きましょう。

お医者さんに伝えること(メモ書きして持っていきましょう)

- いつから始まったのか
- どんな症状なのか(熱、症状、食欲、排便の様子等)
- 近所や保育園・幼稚園での流行は(インフルエンザ等)
- 飲んでいる薬や、薬・食物などのアレルギーの有無



かかりつけ医をもちましょう

昼間「子どもの様子がおかしい」と思ったら、診療時間内に「かかりつけ医」を受診して、夜間の対応も含めて相談しておきましょう。

かかりつけ医の連絡先	お子さんの平熱
医療機関名:	
電話番号:	℃

いつも手元に置いておきましょう

症状別受診ガイドライン

<乳幼児でよく見られる症状と家庭での対処法(兵庫県医師会・兵庫県)より>

医療機関を受診する目安を示しています。

該当する症状がある場合には急いで受診しましょう。

(※裏面「こどもの救急ホームページ」も参照のこと)



発熱 37.5℃以上

- 3か月未満の赤ちゃん
- 顔色が悪く、ぐったりしている
- 12時間以上おしっこがでない
- 眠ってばかりで、あやしても笑わない
- 水分を受け付けない
- 吐いて頭痛を訴える
- けいれんをおこした
- 呼吸が苦しそう



★熱の高さと病気の重さは必ずしも関係ありません。高い熱でもあわてず機嫌・顔色は良いか、呼吸は苦しそうじゃないか、などの熱以外の症状も観察しましょう。

やけど

- やけどの範囲が広い(子どもの手のひら以上の広さの場合)
- 水疱(水ぶくれ)ができています
- 皮膚が黒っぽくなっている、水疱(水ぶくれ)がつぶれたあとに白い皮膚が見える
- 関節部分や顔面・陰部・手のひらのやけど

★やけどをしたら、5~10分以上、シャワーの水などでやさしく流すか冷たい水につけて冷やしましょう。

★衣服の上から熱いものがかかった場合は脱がせずに衣服の上から水で冷やします。受診などで移動する時には、ぬらした清潔なタオルの上から氷水を入れたビニール袋(冷却ジェルシートはダメ)を当てて冷やしてください。傷口に直接氷を当てるのは凍傷のリスクがあります。

★水疱(水ぶくれ)はできるだけつぶさないでください。

すり傷・切り傷・頭部打ぼく

- 圧迫しても出血が止まらず、傷が深く、傷口が開いている
- 傷口を洗い流しても異物を完全に除けない
- 人や動物によるかみ傷、汚い場所(下水やどぶ川など)での傷、汚い物(古くぎや腐った木材など)による傷
- 傷口がしびれる、感覚がおかしい、傷口の先が普段のように動かせない
- 治療後、傷口がはれたり、痛みがどんどんひどくなる、ウミが出るなど
- 頭をうった後、何度も吐く、顔色が変わるなど

★まず傷口を直接圧迫して止血します。ほとんどの場合数分で止血します。次に、傷口を水道水で入念に洗い、泥や砂を残さない。消毒はせず、乾かさずに治すタイプのばんそうこうを使用するのがいいでしょう。

★頭をうった時は、軽症にみえても重症のこともあり、いつもと様子が違えば医療機関を受診しましょう。

せき

- 声がかすれる、オットセイの鳴き声みたいにせきこむ
- ゼーゼー、ヒューヒューという
- 苦しくて肩で息をしている、呼吸が速い
- 苦しくて横になれない
- ぐったりしている
- くちびるや口の周りが紫色



★せきは自然に良くなったり、あるいは適切な治療で次第に治まります。しかし、2週間以上続くせきはかかりつけ医に診てもらいましょう。

下痢

- 元気がなく、水分もとれない
- 意識がぼーっとしている
- おしっこが半日以上出ていない
- 激しいお腹の痛みや血便の量が多い



★水のような便か、軟便か、色はどうか、白っぽくないか、血液を含んでいるか、ネバネバした粘液が混ざっていないか、臭いなどもチェックしましょう。下痢の回数もつけておくほか、発熱、おう吐、腹痛、発疹などの症状がないかどうかも確認してください。

★気になる便の場合は、オムツを残しておき、小児科を受診する際に持参しましょう。保管できない場合は写真に撮っておくとよいでしょう。