

# 救急



## 子どもの発達と起こりやすい事故

子どもの事故と発達は密接に関連しています。子どもの発達、発育や行動のパターンを知ることによって、大きな事故を防ぐことができます。

### ねんねの頃



○ 頭や手足を上手に動かせるようになります。

× 自分で姿勢がかえられないので、とても無防備です。

### 起こりやすい事故

⚠️ うつぶせ寝や窒息

予防 POINT  
顔が沈み込むような柔らかい寝具は使わないでください。



⚠️ ホットカーベットの低温やけど

予防 POINT  
ホットカーベットのうえに寝かせないでください。



### 救急

### 寝返りの頃



○ 寝返りで移動ができるようになり、視野が広がります。身近にあるものに手を伸ばし、口に入れ、手と舌の感覚で「知覚の基礎」をかためていきます。

× 移動はできますが、事前に危険を避けることができません(何が危険かわかりません)。

### 起こりやすい事故

⚠️ タバコや小さなおもちゃなどの誤飲

予防 POINT  
飲み込んだら危ないものは、床から1m以上高い所に置きましょう。



⚠️ ベッド、ソファからの転落

予防 POINT  
「ちょっとだけ」「寝ているから大丈夫」は危険。気づかないうちに転がってしまいます。必ず柵をするように心がけましょう。





手が開放されるので、色々なものをつかんでみたりします。目についた物にむかって自分で移動し、手につかめる物は口に入れて確かめます。



移動は不安定です。目が離せません。高いところによじ登りますが、おりることができません。注意してもなかなか理解できません。

### 起こりやすい事故



浴槽や洗濯機での転落やおぼれ



使わないときは水を抜いておいてください。足台になるような物は近くに置かないでください。トイレや洗濯機のふたをゴムバンドでとめるなど工夫をしましょう。



階段や椅子からの転落



階段にはガードを。椅子には安定感のあるものを選んでください。



ストーブやヒーターでの火傷



ストーブには柵を。ストーブの上やかんやなべを置かないでください。

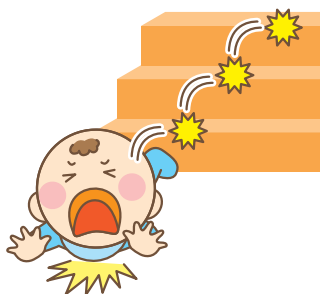


ベビーベッドでの挟まれや窒息



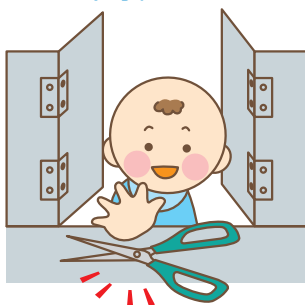
柵や扉には確実にロックを。ロックが不十分だと寝返りなどで扉が開いてしまうことがあります。

歩く・走る・自分でやりたがる頃



### 起こりやすい事故

⚠️ 包丁など台所用品による怪我



予防 POINT 扉や引き出しは、開けられないようにロックをつけましょう。

⚠️ コンセントのいたずらによる感電



予防 POINT コンセントカバーを付けましょう。

○ 階段を登れるようになり、行動に自信が持てるようになります。外での活動も活発になります。

手先を器用に動かすようになるので、色々なものを大人のまねをして使うようになります。「何でも自分でやってみよう」と思うようになります。

× 頭が大きく重いため、バランスをうまくとれません。視野が狭く、周りの危険を察知したり、判断できません。

### コラム

## 乳幼児突然死症候群(SIDS)発症予防のために

「乳幼児突然死症候群(SIDS)」とは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気で、窒息などの事故とは異なります。以下の点に注意しましょう。

- ・ 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせる(医学上の理由でうつぶせ寝が必要なときを除く)。
- ・ タバコをやめる(禁煙したい方はP28へ)
- ・ できるだけ母乳で育てる

- \* 寝る姿勢が「うつぶせ寝」の場合、SIDSの発症率が高いと言われています。
- \* そばに大人がついていて赤ちゃんを「うつぶせ」の姿勢にすることは、発達を促すことにつながります。
- \* 寝具や衣類などに配慮し、機嫌をみながら「うつぶせ」にすることはSIDSの原因にはなりません。

(出典：厚生労働省ホームページ・啓発リーフレット)

## 哺乳瓶の煮沸について

電子レンジ・薬液消毒をしている方も、知っておきたい煮沸消毒の仕方

- ① 鍋に水をたっぷり入れて洗った哺乳瓶を沈める。
  - ② 火にかけて、ガラス製なら7分程度（樹脂製の場合は説明書に従いましょう）、乳首・ふた・わくなどは3分程度煮立てる。
  - ③ ビンバサミ等でやけどに注意しながら取り出す。
- \* 哺乳瓶を消毒できない場合は、清潔な紙コップで授乳する方法もあります。

(参考：農林水産省ホームページ)

## 「乳児用液体ミルク」について

「乳児用液体ミルク」とは、液体状の人工乳で、常温で保存でき、あらかじめ調乳が済んでいるものをいいます。栄養組成は調乳後の粉ミルクと同じです。粉ミルクと違ってお湯に粉を溶かす必要がなくそのまま飲むことができるため、災害時にも有効です。2019年3月に国内での販売が開始され、母乳代替食品のひとつとして、育児負担の軽減や災害時の備えなどでの有用性が注目されています。

### <注意点も知っておきましょう>

- 高温や凍結を避け、常温で保管しましょう。
- 味の好みがかかれ、飲みたがらない可能性があります。日常から生活に取り入れると、いざという時にも飲んでくれますね。
- 雑菌が繁殖してしまうので、一度開封したら飲み切りましょう。
- 賞味期限は約6か月から1年が目安となりますが、保存容器によって異なりますので、必ず確認しておきましょう。

## ➤ 異物を飲み込んだら



意識がない場合や、けいれんを起こしている場合は、  
すぐに救急車を呼びましょう！

### 何を飲んだかわからない または何を飲み込みましたか？

ボタン電池 硬貨  
樟脳 (防虫剤)  
マニキュア 除光液  
灯油 ガソリン  
シンナー ベンジン  
漂白剤 洗剤 など

吐かせない

たばこ ホウ酸団子  
ナフタリン (防虫剤)  
大量の医薬品  
シリカゲル以外の乾燥剤  
など

吐かせる

化粧品 芳香剤 粘土  
(マニキュア・除光液以外)  
石鹼 洗剤 保冷剤  
シャンプー リンス  
クレヨン シリカゲル  
体温計の水銀 など

なるべく吐かせて  
様子を見る

子どもの救急医療機関を受診する P100.101 参照

\* 診療科目の中には、緊急時に受診できないものもあります。

医療機関に  
相談する

### 化学物質、医療品などの急性中毒専用電話

#### (財) 日本中毒情報センター 中毒 110 番

化学物質や動植物の毒などによって、実際に急性中毒が発生している場合に  
限定して情報提供しています。中毒原因物質の特定は重要ですので、できれば  
商品等を手元にお持ちの上、ご連絡ください。

つくば：029-852-9999

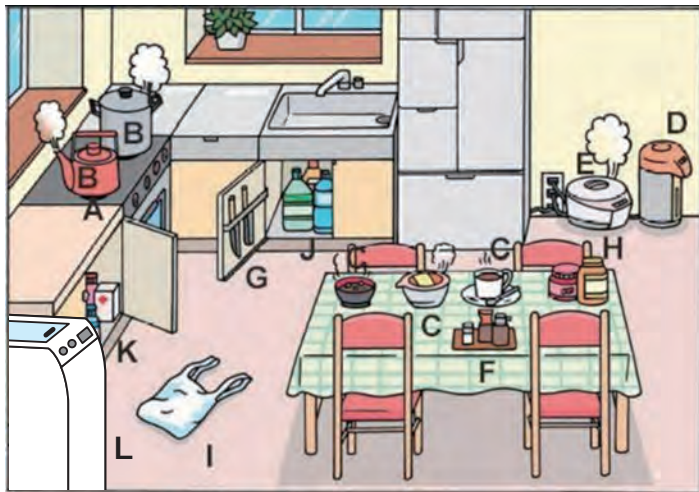
大阪：072-727-2499

たばこ専用電話 072-726-9922

\* いずれも365日24時間対応 (情報提供料：無料)

## 身近なところに思わぬ危険が！

一般家庭の住宅モデルの中で事故ポイントをマークしてみました。たまたま見ていなかったその時に、事故は起こります。「危ない！」「ダメダメ」と目を離せない監視の毎日では親子共にストレスです。見ていなくても事故にならないようにおうちの点検をお願いします。



やけど…コンロ(A)、コンロの上の鍋やかん(B)、食卓上のラーメン・味噌汁・  
コーヒー(C)、ポット(D)、炊飯器の蒸気口(E)、テーブルクロスを引っ張る(F)  
切り傷…包丁(G)  
打撲…ビンが床に落ちる(H) 溺死…洗濯機(L)  
窒息…スーパーの袋(I)  
誤飲…洗剤(J)、薬(K)

## 竹の塚保健センターで事故予防体験!!

「竹の塚保健センター事故予防室」は、家庭で起こりそうな場所について「見て・触って・わかる」事故予防を体験できる場所です。お子さんの成長に合わせて部屋の中を見る視点が違ってきます。竹の塚保健センターで、成長の確認をしつつ「見て・触って・わかる」体験をしてください。

問合せ 竹の塚保健センター ☎3855-5082 FAX 3855-5089

# 応急手当 (救急車が来るまで)



おぼれ

救急車を呼ぶ

すばやく

大声で人を呼び協力を求める

すばやく

気道の確保をする

急に息ができなくなり、顔が悪くなる (咽頭に詰まっている)。

窒息

ヒューヒュー・ゼーゼーして苦しそうに呼吸する (気管・気管支に詰まっている)。

ゲェゲェという音をさせて、のどや胸が苦しそう (食道に詰まっている)。

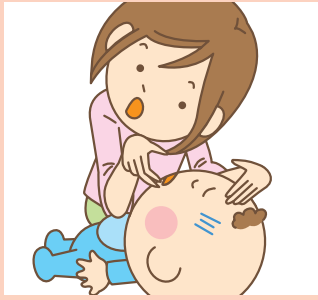
急にせきこみ、その後静かになるがピーナッツ等を飲んだ形跡がある (気管支に詰まっている)。

詰まっているものを取り除く

## のどにつまった時の吐かせ方

1歳くらいまで  
股の間から手を入れて、前ひじにまたがせる。頭が胸よりも低くなるようにして、背中を4~5回平手でたたく。

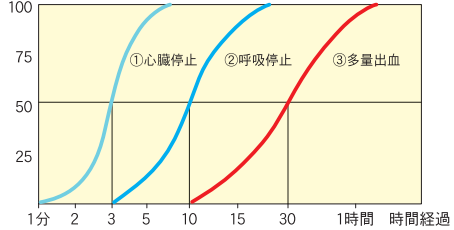




あごの先の骨に指を当てて、あごの先を持ち上げます。(あご先拳上法)。

## カーラーの救命曲線

(%) 緊急事態における時間経過と死亡率の関係



- 心臓停止後約3分で、死亡率50%
- 呼吸停止後約10分で、死亡率50%
- 多量出血後約30分で、死亡率50%

呼吸をしていなかったら

人工呼吸をする

心臓が止まってしまったら

心臓マッサージをする

**AEDを使用してください**

救急隊到着までに処置をすることで命を救える可能性が高くなります。

AEDの設置施設は区HPで確認できます。

救急



大きなお子さんの場合は、両腕をお子さんの体にまわし、コブシをおへその上の胃のあたりに当て、上の方へ素早く押しつけます。この方法は1歳未満には行いません。



少し大きいお子さんのときうつ伏せにして、膝でお子さんのみぞおちを圧迫するようにし、頭を胸より低くして背中を4～5回平手でたたく。



## 【休日・夜間の急病などのときの医療機関】

休日応急診療所及び平日夜間小児初期救急診療機関は、発熱や腹痛などの日常的な疾病であって、救急病院への搬送を要しないが、迅速な一次診療が必要な方のための応急診療機関です。本当に必要な人が救急医療機関を利用できるように、皆様のご協力をお願いします。

休日応急診療所・休日応急歯科診療所・平日夜間小児初期救急診療機関は、荒天や、感染症のまん延時などには休診となる可能性があります。

受診の際は、事前に電話で発熱状況等を連絡していただき、診療所の指示に従ってご来院ください。

### ▶ 休日応急診療・平日夜間小児初期救急診療

#### 【足立区休日応急診療所】

診療日は、日曜、祝日、12月30日～1月3日（歯科は12月29日～1月3日）です。土曜日は開いていません。

※ 竹の塚休日応急診療所の準夜間応急診療（17:00～21:00）を休止しています。

最新情報はホームページでご確認ください。

名称 / 所在地 / 電話番号	受付時間	診療科目
足立区医師会館休日応急診療所 中央本町 3-4-4（足立区医師会館内） ☎ 3880-1866	10:00～11:30	内科 小児科
	13:00～15:30	
	17:00～21:00	
東部休日応急診療所 大谷田 3-11-13（東部保健センター内） ☎ 3629-7881	10:00～11:30 13:00～15:30	内科 小児科
竹の塚休日応急診療所 西竹の塚 1-11-2 エミエルタワー竹の塚 2階 （竹の塚保健センター内） 内科・小児科 ☎ 3855-5016 歯科 ☎ 3855-5017	10:00～11:30 13:00～15:30 17:00～21:00 ※	内科 小児科
	10:00～11:30 13:00～15:30	
江北休日応急診療所 ※「すこやかプラザ あだち」内に令和7年1月中旬移転予定。 西新井本町 2-30-40 （江北保健センター内） ☎ 3896-4010	10:00～11:30 13:00～15:30	内科 小児科

◆救急車を呼んだほうがいいか迷ったら救急相談センターへお電話ください。☎ # 7119 「つながらない時は、☎ 3212-2323」

## 【足立区平日夜間小児初期救急診療機関】

名称 / 所在地 / 電話番号	診療日 / 受付時間	診療科目
<b>足立区医師会館</b> 中央本町 3-4-4 (足立区医師会館内)  ☎ 3880-1131	<b>【診療日】</b> 月～金の各日 (休日、12/30 から 1/3 を除く)  <b>【受付時間】</b> 19:30 ~ 22:00	小児科

- ※ 小児科のみの診療で、中学生以下のお子さんが対象です。
- ※ 足立区医師会館休日応急診療所と電話番号が異なります。
- ※ 土・日曜日の夜間は小児初期救急診療機関は開いていません。
- ※ 入院を必要とする場合、二次救急または#7119へ電話して医療機関の案内を受けてください。

## 区内及び隣接区の小児科対応東京都指定二次救急医療機関

令和6年4月1日現在

所在地	医療機関名	所在地 / 電話番号	診療科目
足立区	博慈会記念総合病院	足立区鹿浜 5-11-1 ☎ 3899-1311	内科系 小児科 外科系
足立区	東京女子医科大学附属 足立医療センター	足立区江北 4-33-1 ☎ 3857-0111	
葛飾区	東京慈恵会医科大学 葛飾医療センター	葛飾区青戸 6-41-2 ☎ 3603-2111	
葛飾区	都立東部地域病院	葛飾区亀有 5-14-1 ☎ 5682-5111	
北区	東京北医療センター	北区赤羽台 4-17-56 ☎ 5963-3311	
墨田区	都立墨東病院	墨田区江東橋 4-23-15 ☎ 3633-6151	
墨田区	賛育会病院	墨田区太平 3-20-2 ☎ 3622-9191	

受診の際には、健康保険証、公費負担の医療証（持っている方）を忘れずにご持参ください。母子健康手帳、服用している薬がある場合はその薬（または薬の名前がわかるもの）も用意しましょう。

## 小児科を探したい！

「子どもが急に発熱、これから診てくれるクリニックはどこ？」  
「自宅と保育園の間に位置するようなクリニックを探したい」  
「都合の良い曜日、時間に診察しているクリニックはないかしら」  
「耳鼻科も一緒に診てくれるクリニックを受診したい！」



そんな時は

「**東京都医療機関案内 ひまわり**」で都内の医療機関を検索できます。  
病院、診療所、歯科診療所、助産所、薬局、小児科のクリニック等をお探しの際は是非ご利用ください。

### 東京都医療機関案内 ひまわり

☎ 5272-0303 (24時間案内)

【様々なキーワードで探すことができます】

- 地図上で探す       鉄道路線から探す
- 現在地から探す
- 医療機関の名称、住所
- 診療科目、対応可能な診療治療
- 診療日時       休日当番医



聴覚障がい者の方向け専用ファクシミリ

FAX 5285-8080

外国語による案内

(英語・中国語・韓国語・タイ語・スペイン語に対応)

☎ 5285-8181 (午前9時から午後8時まで)



※ 東京都医療機関案内サービス「ひまわり」は、令和6年4月より、全国統一的な情報提供システム（医療情報ネット）に移行します。移行後についても、同番号での案内が可能となる予定です。