

こどもの病気と応急手当

こどもの急病やけがにはつつい慌ててしまいがち。緊急時にも落ち着いて対処できるように、日ごろから応急手当の方法や、救急時の連絡先などを確認しておきましょう。

こどもが病気やけがをしたときは

こんな状態のときは様子をみましょう

ちょっとした発熱や下痢、せきなどがあっても下のようなら様子をみましょう。



- きげんがよい
- にこにこしている
- 顔色がよい
- 目がいきいき



- 食欲がある
- 食事は食べなくても、好きなおやつには、手を出す



- 動きが活発
- よくあそぶ



- よく眠る
- 目ざめもきげんもよい

こんな状態のときは小児科へ

はっきりとした症状はなくても、下のような状態のときは小児科へ行きましょう。(→小児科一覧 P13)



泣き方がおかしい



ぐずって眠らない



きげんが悪い



顔色が悪い
ぐったりしている



食欲がない



すぐ吐いてしまう



熱があり、
ぐったりしている



下痢がつづく

お医者さんに伝えること

- ☐ いつからか
- ☐ どんな症状か
- ☐ どんな状態で始まり、どう変わったか
- ☐ どういう処置をしたか
- ☐ アレルギーやこれまでかかった病気があるか
- ☐ 食欲・きげん・おしっこの量がいつもと同じか

すぐ受診すべきかどうかわからないとき・診療可能な医療機関を知りたいとき

茨城子ども救急電話相談(歯科を除く)

小児医療機関のご案内、お子さんの急な病気に関するご相談を受け付けています。

- 電話(プッシュホン回線・携帯電話・公衆電話)→#8000
- すべての電話から→050-5445-2856

紹介を受けたら、ご自身で紹介された医療機関に連絡を入れて、受診可能か確認を行ってください。

※医療情報ネット(ナビイ)で受診可能な医療機関を検索できます。

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp>

受付時間

24時間 365日



重症、緊急の場合は

あわてずに119番へ連絡し、救急車を呼んでください。

救急車の呼び方

- ①局番なしの119
- ②つながったら「救急です」
- ③「水戸市〇町〇〇番地の〇〇です」
- ④「だれが」「いつ」「どこで」「どんなふうにして」「どうなった」と簡潔に話す。
- ⑤すでに行った応急手当を話し、次に何をすべきかの注意事項を聞く。
- ⑥民家の場合は、近くの目標物を知らせる。

休日、夜間の急な病気やケガは

水戸市休日夜間緊急診療所

水戸市笠原町993-13

●TEL 243-8825(内科、小児科、外科)
243-8840(歯科)

休日診療(内科、小児科、外科、歯科)

	受付時間
日曜日、祝日、 12月30日～1月3日	午前の部9:00～11:45 午後の部13:00～15:15 ※1月1日は午後の部のみ

夜間診療(内科、小児科)

	受付時間
毎日	19:30～22:15



注意事項

水戸市休日夜間緊急診療所の利用にあたっては、次のことにご注意ください。

- 小児科は内科系の診療のみです。
夜間におけるけが等の場合は茨城子ども救急電話相談等へお問い合わせください。
(茨城子ども救急電話相談→ **P10**)
- 急な病気やけがでかかりつけ医等にかかれないうちに利用いただく診療所ですので、継続的な治療は行いません。
お薬も原則として1日分の処方となります。
また、検査項目も限られていますので、翌日にはかかりつけ医等で十分な検査や治療をお受けください。
- マイナ保険証などをお忘れの場合、診療費は全額自己負担となりますので、忘れずにお持ちください。

院内での待ち時間短縮のため、web順番受付も行っております。詳しくは、市ホームページを御確認ください。

<https://www.city.mito.lg.jp/site/holidaymedicalcare/19640.html>



茨城県立こども病院

●TEL 254-1151

※対応できない場合もありますので、必ず事前に電話で相談してください。

●電話受付時間 毎日 22:00～翌日2:00

●診察時間 毎日 23:00～翌日3:00

事故に気をつけましょう

赤ちゃんのまわりには危険がいっぱいあります。事故を未然に防ぐために、赤ちゃんの目線でお家を確認してみてください。

キッチン・ダイニング

- 鍋や炊飯器などやけどの恐れがあるものや包丁などの刃物は、子どもの手の届かないところに置く
- 子どもが小さいうちは、テーブルクロスの使用を控える(子どもがひっかけて物が落ちてしまう危険があります)
- 食べ物や飲み物をテーブルの端に置かない

ベランダ

- 室外機やイスなど、柵を越える踏み台となるようなものを置かない
- 子どもが1人でベランダに出してしまわないよう、窓には常に鍵をかけておく

リビング

- テーブルや床に誤飲の危険があるものを置かない(タバコ、ボタン電池、硬貨、その他小さな部品など)
- テーブルや棚の角には、ぶつかって怪我をしないようにクッションやカバーをつける
- コンセントは感電防止のためにカバーなどをつける(ヘアピンや鍵、針金を差し込んで感電する恐れがあります)
- やけどの恐れがあるアイロンは、使用後も子どもの手の届かないところに置く
- ヒーターは子どもが触らないよう安全柵を設ける

トイレ・洗面所

- 化粧品や洗剤、消臭剤など、子どもが誤飲しそうなものは手の届かないところに置く
- 洗濯機やトイレのふたは常に閉めておく(覗き込んだ拍子に転落する危険があります)

浴室

- 入浴時以外は浴槽のお湯を抜いておく
- 浴室の入口は常に閉めておく
- 入浴時は出来る限り子どもから目を離さない

その他

- 階段や段差など転倒・転落の恐れがあるところには、安全柵を設ける
- ドアや引き戸などは手をはさむ恐れがあるため、子どもが近くにいるときは注意する

気を付けて!

車の中の思わぬ事故!!

- ①夏場の車内の温度は、50度以上になって危険!!
車には、子どもを絶対にひとりで残さないこと
- ②安全シートの取り付けは正しく
バックルは、はずれないように、きっちりと差し込むこと



差し込み金具がはずれると、頭が肩ベルトをくぐり、首を圧迫することがあるので注意!!

JAFは身長150cmまでチャイルドシートの使用を推奨しています。
詳しくは以下の二次元コードへ



応急手当

やけどをしたとき

ただちに患部を流水で十分に冷やし、病院へ連絡。
※洋服を着たまま熱いお風呂に落ちたなど、服を着たままの熱傷の場合は、服の上から冷やす。広範囲にやけどを負った場合は、ためらわずに救急車を呼ぶ。

鼻血がでたとき

- ①襟元をゆるめ、毛布やクッションで頭を高くして寝かせる。
- ②出血している方の小鼻の先を上に向けて、4～5分押さえる。

頭を打ったとき

意識がなく顔が青ざめている。耳や鼻からの出血、嘔吐、痙攣、頭痛などがある。

→救急車で病院へ

打った直後大声で泣いて、けろっとしている。こぶはできたが、他に異常はみられない。意識がはっきりしている。嘔吐、ひきつけなど変わった様子がみられない。

→ひとまず安心

※しかし、何日かたってから症状が出る場合もあるので注意して観察しましょう。

誤飲をしたとき

こどもが誤飲をしたときは、水を飲ませて吐かせるのが原則ですが、飲み込んだ内容物によっては、絶対に吐かせてはいけないものがあります。

	水を飲ませる	吐かせる	受診のタイミング
ネズミ駆除剤	×	×	大至急、救急車で医療機関へ 
トイレ用洗剤・漂白剤	×	×	
防虫剤	○	○	
殺虫剤	×	成分により異なる	
金属・ボタン電池	×	×	
タバコが浸った水	×	○	自家用車やタクシーで医療機関へ 
タバコ	×	○	
医療品(例外あり)	○	○	
灯油、ベンジン、ライター燃料、マニキュア除光液	×	×	
台所用洗剤・石鹸・洗濯洗剤	○	×	
ヘアトリックヘアリンス	○	○	

吐かせ方

●異物が口の中に見えるとき

→人差し指をほほの内側にそっと差入れ、内容物をかき出す。

●のどに詰まっているとき

→頭を下にして、背中をたたく。



→下を向かせて抱き、のどの奥に指を入れて舌を押し下げる。



誤飲をして
どう対応したらいいか
わからないときは、
ここに相談！

つくば中毒110番 029-852-9999 (9～21時対応)
大阪中毒110番 072-727-2499 (24時間対応)
タバコ専用回線 072-726-9922 (24時間対応)
※タバコ専用回線は、24時間テープによる情報提供です。

産婦人科・小児科一覧

※この産婦人科・小児科一覧は、各診療科目を標榜している医療機関について掲載しています。

※医療機関によっては、曜日等を限定して診療を行っている場合があります。

産婦人科

産婦人科	住 所	電話番号	産婦人科	住 所	電話番号
青木医院	本町3-4-7	221-8603	水戸赤十字病院	三の丸3-12-48	221-5177
石渡産婦人科病院	上水戸1-4-21	221-2553	山縣産婦人科	千波町371-4	241-6121
植野産婦人科医院	五軒町2-3-7	221-2513	岩崎病院(婦人科のみ)	笠原町1664-2	241-8700
江幡産婦人科・内科病院	備前町4-11	224-3223	岩間産婦人科(婦人科のみ)	末広町2-3-38	221-6951
小松崎産婦人科	本町1-6-20	221-2645	おおぬさARTクリニック水戸(婦人科のみ)	三の丸3-11-1	231-1124
鈴木産婦人科医院	東台1-10-19	221-3932	ひろこレディースクリニック(婦人科のみ)	宮町1-2-4MYMビル4階	232-0011
水戸済生会総合病院	双葉台3-3-10	254-5151			

※診療を受ける際には健康保険証、診察券、母子健康手帳を持参しましょう。

小児科

小 児 科	住 所	電話番号	小 児 科	住 所	電話番号
五十嵐小児科医院	笠原町1670-1	243-1053	TOMOこどもクリニック	見川2-108-26 一周館ビルA-201	291-3810
岩崎病院	笠原町1664-2	241-8700	浜野こどもクリニック	けやき台3-48-2	304-2300
石川クリニック	東赤塚2123	253-5281	平野こどもクリニック	中丸町333-1	253-3306
大久保内科小児科医院	自由が丘3-59	221-4771	福田小児科	酒門町3155-4	248-2622
おひさまこどもクリニック	河和田町2894-63	309-0132	丸山小児科・皮フ科	南町2-3-31	221-2336
かさの小児クリニック	袴塚3-1-15	222-3322	水戸済生会総合病院	双葉台3-3-10	254-5151
城こどもクリニック	赤塚1-16 エスコート赤塚W棟 A-102	309-5066	水戸赤十字病院	三の丸3-12-48	221-5177
神保内科小児科医院	堀町954-6	225-1631	水戸吉沢小児科クリニック	吉沢町283-1	240-1750
たむら小児科クリニック	百合が丘町8-8	240-0502	宮本小児科医院	千波町375-5	241-1762
丹野病院	酒門町4887	226-6555	やまわきこどもクリニック	城東2-3-32	228-5152

※診療を受ける際には健康保険証、診察券、母子健康手帳を持参しましょう。

大切なお子さんのために幼児安全法を学んでみませんか

日本赤十字社の幼児安全法では、乳幼児期に起こりやすい事故の予防とその手当、かかりやすい病気と発熱・けいれんなどの症状に対する手当などの知識と技術を習得できます。

対象者 子育て中の方、プレママ・プレパパ、お孫さんがいる方などなたでも

【短期講習】(コース選択制/各2時間程度の講習)

- 内 容**
- Aコース
こどもに起こりやすい事故の予防と身近なものをを用いた応急手当
 - Bコース
起こりやすい病気の観察と看病のしかた
 - Cコース
心肺蘇生とAEDの取扱い、気道内異物除去法

開 催 ご依頼に応じて指導員を派遣して実施します。

【支援員養成講習】(3日間の講習)

- 内 容** こどもの成長と発達、事故の予防、けがの手当、病気と看病、心肺蘇生(胸骨圧迫・人工呼吸)、AEDの取扱い、気道内異物除去など

受講費 2,200円

受講申込や開催依頼などの詳細は、日本赤十字社茨城県支部ホームページでご確認いただけます。

