

# アレルギー緊急時対応マニュアル（家庭版）

香川県小児科医会 食物アレルギー対策委員会編  
平成29年度改訂

まちがって食べたかどうかには  
こだわらない！

## ① 子どもに異変？

アレルギー症状かもしれない！  
子どもから目をはなさない  
ほかの家族をよぶ

息が苦しい・気持ち悪い  
のどがへん・お腹が痛い  
かゆい・ブツブツがでた

### 基本的対処法

口のイガイガ



口をすすぐ  
水を飲む

アレルギーにさわった



手を洗う

目のかゆみはれ



洗う・冷やす  
点眼する

かゆみ・発赤  
じんましん



冷やす・レスタミンなど  
をぬる

緊急受診先病院  
電話番号

かかりつけ病院  
電話番号



### あなたのおくすり

	種類	1回量	置いてある場所
エピペン		mg	
抗ヒスタミン薬			
ステロイド薬			
気管支拡張薬			

### 安静を保つ体位

ぐったり  
意識もうろう

ショック体位

あおむけにして  
足を高く上げる



15~30cm

はきけ・嘔吐  
吐物による窒息の危険！



からだと顔を  
横に向ける

息が苦しい  
少しでも呼吸を楽に！

上半身をおこす  
椅子の背もたれ等に  
寄りかからせる



## ② 緊急性の高い症状(下)はないか

なし

## ③ 症状をチェックし、下に記した対応を 薬がない場合薬以外の対応を

全身症状	<input type="checkbox"/> ぐったり <input type="checkbox"/> 意識もうろう <input type="checkbox"/> 尿や便をもらす <input type="checkbox"/> 脈が触れにくい/不規則 <input type="checkbox"/> 唇や爪が青白い		
呼吸器症状	<input type="checkbox"/> のどや胸が締め付けられる <input type="checkbox"/> 声がかすれる <input type="checkbox"/> 犬がほえるような咳 <input type="checkbox"/> 息がしにくい <input type="checkbox"/> 持続する強いせき込み <input type="checkbox"/> ゼーゼーする呼吸		<input type="checkbox"/> 数回の軽い咳
消化器症状	<input type="checkbox"/> 持続する強いお腹の痛み (がまんできない) <input type="checkbox"/> 繰り返し吐き続ける		<input type="checkbox"/> 中等度のお腹の痛み <input type="checkbox"/> 1~2回の嘔吐 <input type="checkbox"/> 1~2回の下痢
粘膜症状			<input type="checkbox"/> 顔全体のはれ <input type="checkbox"/> まぶたのはれ
皮膚症状			<input type="checkbox"/> 強いかゆみ <input type="checkbox"/> 全身に広がるじんましん <input type="checkbox"/> 全身が真っ赤

上記の症状が  
1つでもあてはまる場合

緊急対応！

迷うときは使う！

### ただちにエピペン使用

- 使用時間 ( : )
- 救急車要請 (119番)
- その場で安静を保つ体位をとり動かさない
- 可能なら薬を飲む  
( ) を ( : ) に飲んだ  
( ) を ( : ) に飲んだ

呼吸・反応なし

■ 心肺蘇生 : ■ AED使用 :

1つでもあてはまる場合

1つでもあてはまる場合

- エピペン準備
- 抗ヒスタミン薬を飲む  
( ) を ( : ) に飲んだ
- ステロイド薬を飲む  
( ) を ( : ) に飲んだ
- 咳→気管支拡張薬を使う  
( ) を ( : ) に飲んだ  
( ) を ( : ) に吸入
- すぐ受診  
(救急車でもOK)

- 抗ヒスタミン薬を飲む  
( ) を ( : ) に飲んだ
- ステロイド薬を飲む  
( ) を ( : ) に飲んだ
- 「基本的対処法」実施
- 安静にして5分おきに症状チェック
- 1時間以内に症状の改善がなければ受診する



エピペンの使い方動画  
(Youtube)で確認できます(1分)

### ③ エピペンの手順

子どもに声をかけながら、できるだけたくさんの人で対応しましょう

#### ① エピペンを打ちやすい体勢をとる

- ゆっくりあおむけにする
  - エピペン使用者は、こどもの脇に座る
  - 介助者は、こどもをはさんで使用者とむかいあわせになる
  - 介助者は、こどもの足のつけねと膝をおさえる
- ※もう1人介助者がいれば上半身をおさえる



#### ② エピペンをケースから取り出して きき手で「グー握り」する

- オレンジ色を下にして握る
- 親指はそえない
- 握ったら持ちかえない



#### ③ エピペンを打つ位置を確認

介助者がおさえている太ももの  
前面、中央、外側  
介助者の両手の中央★がめやす

- 服の上からでもOK
- ポケットの中が空であることを確認



#### ④ エピペンを打つ

- 安全キャップ(青色)を上引き抜く
  - 先端(オレンジ色)を目標に軽くあてる
  - **子どもに声をかける:「エピペンをやるよ! じっとしててね!」**
  - そのまま垂直にグッと押しつける
  - 「パン!」と音がしたら投与完了・そのまま3秒待つ
- ※音がしない場合はもう一度グッと押しつける
- エピペンを太ももからゆっくり離し、注射部位を軽くもむ
  - オレンジ色のニードルカバーが伸びていることを確認



#### ⑤ その後

- 通常 15分以内に楽になる(効果は約15分持続)
- **元気になっても動かさない、観察を継続**
- 使用済みエピペンはケースに入れ病院へ
- (2本目のエピペンがある場合)  
10分後にも「緊急性の高い症状」があれば2本目のエピペンを使用(どちらの足でもよい)



### ④ 救急車の要請 (119番通報)

緊急受診先病院  
も伝える



#### 「アナフィラキシーでの救急要請です!」

□ 自宅の電話番号、住所 ※事前に記入しておく

電話番号	
住所	

- 子どもの名前、性別、年齢
  - 現在の状況、原因わかれば伝える
  - エピペンの有無、使用したかしていないか
  - 私(通報者)の名前、携帯電話番号※
- ※その後も救急隊とすぐ連絡が取れるようにしておく

### ⑤ 心肺蘇生の手順

#### 1 反応の確認

- 肩を叩いて大声で呼びかける

同時に

#### 2 救急要請 119番

- AEDの手配
- 人を集める

反応がない

#### 3 呼吸の確認

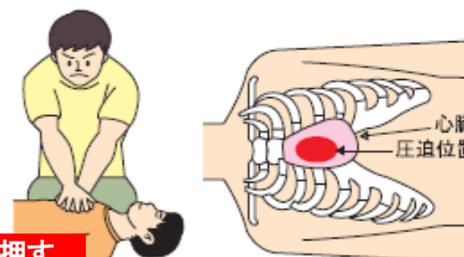
- 胸とお腹の動きを見る
- 10秒以内に判断

普段通りの呼吸をしていない

#### 4 胸骨圧迫

必ず

- 胸の真ん中を両手で圧迫
- 強く(胸の厚さの約1/3)
- 速く 1分あたり100回 押す
- 絶え間なく(中断は最小限に)



#### 人工呼吸

可能なら

- 2人以上で対応できれば実施
- 胸骨圧迫30回+人工呼吸2回
- 鼻をつまんで、下顎挙上
- 約1秒で胸が上がる程度に吹き込む



#### 5 AED

- 準備中も胸骨圧迫をできる限り止めない
- 電源を入れて音声ガイドに従う
- 電極パッドを貼る(右上前胸部、左下側胸部)
- ショックの指示があったら、ショックボタンを押す
- 直ちに胸骨圧迫を再開

