

卵、牛乳、大豆、穀物、肉、魚、野菜、果物

### 【アレルギーを起しやすい食品】

●**気をつけること**  
 フトピー性皮膚炎と同じ。薬物療法が一般的。

●**応急手当**  
 ●**症状** 食べた食品にや体調によって症状はさまざま。下痢、腹痛、吐き気、嘔吐、じんましん、呼吸困難、口やのどの腫れ など

●**気をつけること**  
 ●**症状** 食べた食品にや体調によって症状はさまざま。下痢、腹痛、吐き気、嘔吐、じんましん、呼吸困難、口やのどの腫れ など

●**気をつけること**  
 ●**症状** 食べた食品にや体調によって症状はさまざま。下痢、腹痛、吐き気、嘔吐、じんましん、呼吸困難、口やのどの腫れ など

**食物アレルギー**

卵、大豆、牛乳などの食物を摂取して反応するアレルギー。

●**気をつけること**  
 ●**応急手当**  
 ●**症状** 食べた食品にや体調によって症状はさまざま。下痢、腹痛、吐き気、嘔吐、じんましん、呼吸困難、口やのどの腫れ など

**アトピー性皮膚炎**

タニ、花粉、ほこりなどの外的要因によって引き起こされる症状。

## 至急、医療機関で診察が必要な症状

- 発熱＋「呼吸困難、せき」**
  - 気管支炎  
風邪をこしらせ、のどから気管支にまで炎症がおこり、高熱やせきが続く。
  - 肺炎  
高熱とともに、たんのからんだゴホゴホという激しいせきが続く。
- 発熱＋「けいれん」**
  - 脳炎  
けいれん、意識障害、頭痛、嘔吐などの症状が出る。知能障害、運動機能障害を起こさないよう早めに受診を。
  - 髄膜炎  
発熱、頭痛、嘔吐とともに、ひきつけを起こす。
- 発熱＋「鼻水、せき」**
  - はしか  
3日ほどたつと、口の中に白い斑点ができる。その後、赤い発疹が頭や首、胸、腹へと広がる。3～4日たっても高熱が続く場合は専門医に相談を。

(たにおり)

## 発熱

子どもの救急で一番多い発熱。体温を測り、微熱が高熱が判断すること。また発熱とともに現れる症状を確認しましょう。

●**発熱の目安**

微熱	中熱	高熱
37度	38度	39度 39度以上

【しばらく様子を見たい症状】

- ちょっとした鼻水と咳で、熱以外に症状がない。
- 熱が多少下がり、元気に遊べる。
- 食事や水分が十分にとれる。

【応急手当】

- 5才以下の子供…薄着にさせて体を冷やすこと。
- 5才以上の子供…薄着にすると冷えすぎてしまうため、無理に冷やすのは避ける。

※熱があるときは、知らないうちに身体から水分が出ていくため、まめに補給すること。また胃腸の働きも落ちるので食事は消化のよいものにしましょう。

(たにおり)

●**気をつけること**  
 ●**応急手当**  
 ●**症状** 食べた食品にや体調によって症状はさまざま。下痢、腹痛、吐き気、嘔吐、じんましん、呼吸困難、口やのどの腫れ など

**アレルギー**

大人の場合、全身の皮膚の20%、子どもは10%以上のアレルギーは命にかかわります。

(こがた)

(こがた)

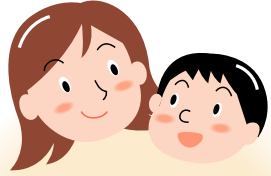
●**気をつけること**  
 ●**応急手当**  
 ●**症状** 食べた食品にや体調によって症状はさまざま。下痢、腹痛、吐き気、嘔吐、じんましん、呼吸困難、口やのどの腫れ など

**鼻血**

鼻の粘膜や毛細血管が傷ついて鼻血が出ます。安静にすることで落ち着きます。

(やまおり)

薬にカサヨ



もしもの時のために…

# 子どもの応急手当

(たにおり)

## すり傷・切り傷

症状が軽くても神経が切れている場合や傷口からの感染で悪化すること。

【応急手当／すり傷】

- 小石や泥などの汚れがある場合は、水道の水で傷口を洗い流し、清潔にすること。  
※こすったりして傷口が広がらないよう注意。
- オキシドール消毒液などで消毒する。
- 清潔なガーゼで傷口をおおい、その上から包帯や絆創膏でしっかり固定する。

【応急手当／切り傷】

- 出血が多い、なかなか血が止まらない場合：  
傷口にガーゼやハンカチを当てて強く圧迫し止血する。心臓より高い位置で止血すると効果が高い。
- 出血が少ない場合：  
傷口を洗い流し、ゴミやほこりを取り除く。
- オキシドール消毒液などで消毒する。
- 清潔なガーゼで傷口をおおい、その上から包帯や絆創膏でしっかり固定する。

※傷口の深さが5mm以上の場合は、必ず病院で診察してもらうこと。

薬箱に入れておいてください

