




受診の目安

具合が悪いときの受診の目安




	心配ないもの	注意を要するもの	緊急を要するもの
	 しばらく様子をみてよい。	 よく観察し、家庭でできる手当てをする。早めに受診。	 急いで受診。
発熱	<ul style="list-style-type: none"> ● 顔色がよく、食欲がある。 ● 元気があり、あやすと笑う。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 腹痛、頭痛、おう吐などがある。 ● せきが出たり、ゼイゼイいう。 ● 手足を痛がったり、発疹が出る。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 生後3か月以下の赤ちゃんが、38度以上の熱を出す。 ● 39度以上の熱が2日以上続く。 ● ひどい咳をともなう。 ● 何度も吐いたり、下痢をともなっている。 ● 強い腹痛がある。
けいれん ※1 「ひきつけ」も同じ意味	<ul style="list-style-type: none"> ● 激しく泣いたあと、呼吸が苦しくなり、顔色が紫色になって全身が突っ張るが、すぐにおさまって元気である。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 熱の上がりかけに起きるけいれん。 ● 以前にもけいれんを起こして医師の診断を受けており、更に対処法などを知っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ● けいれんが5分以上。 ● 熱がないときも、けいれんする。 ● けいれんが左右対称ではない。 ● おう吐がある。 ● 5歳以上ではじめてけいれんを起こしたとき。

※1 自分の意思とは無関係に、突然手や足が突っ張り、全身を硬直させる状態のこと。



受診の目安




受診の目安

	心配ないもの	注意を要するもの	緊急を要するもの
	 しばらく様子をみてよい。	 よく観察し、家庭でできる手当てをする。早めに受診。	 急いで受診。
おう吐※2 (赤ちゃんの場合)	<ul style="list-style-type: none"> ● 口からこぼれるようにダラッと吐くが、体重は増えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 噴水のように強く吐く。 ● 飲んででは吐くを繰り返す。 ● 体重が増えない。 ● 発熱や下痢がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 顔色がわるい。 ● 下痢を繰り返し、うとうとする。 ● 頭を強く打った後、おう吐を繰り返す。
下痢※3	<ul style="list-style-type: none"> ● 機嫌がよく、食欲があり、体重が増えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 発熱やおう吐などの症状を伴う。 ● 水様便が5、6回以上出る。 ● 血便(いちごジャム様) ● 黒緑色便(のりの佃煮様) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 下痢が激しく回数も多く、ぐったりしている。 ● 白い便、血液や粘液が多く混じっている。 ● 水分がとれない。 ● 目が落ちくぼむ。
せき	<ul style="list-style-type: none"> ● 時々せきが出るが、食欲もあり、元気もある。 ● 朝起きたとき、夜寝床に入ったときだけで、ひどくならない。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 特に夜せき込みがひどくなる。 ● 熱がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ● せきがひどく、眠れない、顔色が悪い。 ● ゼイゼイしている。 ● ケンケンと犬が吠えるようなせきをする。 ● 肩で息をしており、呼吸が早い。(赤ちゃんで1分間で60回以上)

※2 赤ちゃんが吐くのは、胃や食道が未熟なために起こる心配のないものがほとんど。


※3 赤ちゃんの場合、下痢と普通便は見分けが難しいもの。「いつもの便と違う」が判断のポイント。



	心配ないもの  しばらく様子を みてもよい。	注意を要するもの  よく観察し、家庭で できる手当てをする。 早めに受診。	緊急を要するもの  急いで受診。
やけど	第1度:皮膚が赤くなっている。 ●やけどの範囲がごく一部で赤くなる程度。 ●腫れや痛みが残っていない。	第2度:水泡ができている。 ●足首から下、手のやけど	第3度:黒く焦げていたり、白くなっている(皮下組織までに達するやけど)。 ●やけどの範囲が体の表面積の10%以上。 ●顔面、肛門、陰部のやけど ●低温やけど
出血	●軽い切り傷や転んでしまった場合のすり傷	●犬に噛まれた。 ●大きく切れて、傷口が開いてしまった。 ●2~3日たっても、傷口が化膿してきた。	●傷が大きく出血が多い。 ●傷口に異物(とげ・石ころ・ガラス破片など)が残っている。 ●四種混合予防接種がきちんとできていない子が古い釘など泥のついていているものが刺さった場合。




緊急SOS



1歳頃
ひっぱりっこ

子どもと遊ぼう

赤ちゃんを仰向けに寝かせ、棒状にしたタオルを子どもが手を伸ばして、つかもうとするまで待ちます。タオルの端をつかんだら、少し引っばってみます。手を離してしまったら、もう一度チャレンジ。



おはらいっく

出典 厚生労働省「産後育成のための活動プログラム」