

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？

息が苦しい・気持ち悪い
のだがヘン・お腹が痛い
かゆい・ブツブツがでた

アレルギー症状かもしれない！
こどもから目をはなさない
ほかの家族をよぶ

基本的対処法



口をすぐ
水を飲む



手を洗う



洗う・冷や
す
点眼する



冷やす・レ
スタミンなん
こうなどを
ぬる

緊急受診先病院

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

はきけ・嘔吐
吐物による窒息の危険！

15~30cm

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

からだと顔を
横に向ける

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"/> 声がかされる <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 <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"/> 軽いお腹の痛み <input type="checkbox"/> (がまんできる) <input type="checkbox"/> 吐き気
皮膚症状	<input type="checkbox"/> 顔全体のはれ <input type="checkbox"/> まぶたのはれ		<input type="checkbox"/> 目の痒み・充血 <input type="checkbox"/> 口の中の違和感・唇のはれ <input type="checkbox"/> くしゃみ・鼻水・鼻づまり
	<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		<input type="checkbox"/> 軽度のかゆみ <input type="checkbox"/> 数個のじんましん <input type="checkbox"/> 部分的な赤み

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

□ 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

■ 心肺蘇生

■ AED使用



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、子どもの脇に座る
 - 介助者は、子どもをはさんで使用者とむかいあわせになる
 - 介助者は、子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



ショック体位でもOK

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



グー

握った持ち方
指に刺さる!

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)を上に引き抜く
- 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:「エピペンをするよ！じっとしてね！」
- 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

※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)
- 元気になんでも動かさない、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、原因わからば伝える
- 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

反応がない

同時に

2 救急要請 119番

- AEDの手配
- 人を集める

3 呼吸の確認

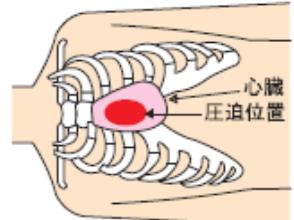
- 胸とお腹の動きを見る
- 10秒以内に判断

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)



5 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



離れて下さい。

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

