

# アレルギー緊急時対応マニュアル/家庭版：活用をお願い

食物アレルギーの方には有症時に内服する薬を必ず処方し、その使い方をお伝えください。その際の説明にこのマニュアルをご活用ください。  
エピペンを処方しない場合もご活用ください。  
(香川県小児科医会ホームページにPDFが載っています。)

緊急な症状があればエピペンを  
使います。救急  
車要請！

## アレルギー緊急時対応マニュアル（家庭版）

### ① 子どもに異変？

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

#### 基本的対処法



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



### ② 緊急性の高い症状(下)はないか

| 全身症状                                                                                                                                                                             | 呼吸器症状                                                                                                                                                                                                                         | 消化器症状                                                                                   | 皮膚症状                                                                                                                                                                            | 症状                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ぐったり<br><input type="checkbox"/> 意識もうろう<br><input type="checkbox"/> 尿や便をもらす<br><input type="checkbox"/> 顔が腫れにくい/不規則<br><input type="checkbox"/> 唇や爪が青白い | <input type="checkbox"/> のどや胸が締め付けられる<br><input type="checkbox"/> 声がかすれる<br><input type="checkbox"/> 大がほえるような咳<br><input type="checkbox"/> 息がしにくい<br><input type="checkbox"/> 持続する強いせき込み<br><input type="checkbox"/> ゼーゼーする呼吸 | <input type="checkbox"/> 持続する強いお腹の痛み<br>(がまんできない)<br><input type="checkbox"/> 繰り返し吐き続ける | <input type="checkbox"/> 顔全体のほれ<br><input type="checkbox"/> まぶたのはれ<br><input type="checkbox"/> 強いかゆみ<br><input type="checkbox"/> 全身に広がるじんましん<br><input type="checkbox"/> 全身が真っ赤 | <input type="checkbox"/> 数回の軽い咳<br><input type="checkbox"/> 軽度のお腹の痛み<br>(がまんできる)<br><input type="checkbox"/> 吐き気<br><input type="checkbox"/> 目の痒み・充血・唇のはれ<br><input type="checkbox"/> 口の中の違和感・唇のはれ<br><input type="checkbox"/> くしゃみ・鼻水・鼻づまり<br><input type="checkbox"/> 軽度のかゆみ<br><input type="checkbox"/> 数個のじんましん<br><input type="checkbox"/> 部分的赤み |

上記の症状が  
1つでもあてはまる場合  
**緊急対応！**  
送うときは使う！

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  
■ ステロイド薬を飲む  
■ 咳→気管支拡張薬を使う  
■ すぐ受診  
(救急車で)

薬名は説明しながら医師が記載  
しましょう

不安ならステロ  
イドも飲んでい  
いでしょう  
薬名記入を

### 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分でエピペンの  
使い方が分かります

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、子どもをさして使用者と**むかいあわせ**になる  
□ 介助者は、子どもの**足のつけねと腰**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本ものの  
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(黄色)を上へ引き抜く  
□ 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:「エピペンをすよ!じっとしてね!」**  
□ そのまま垂直にグッと押しつける  
□ 「バン!」と音がしたら投与完了・そのまますぐ待つ  
※音がしない場合はもう一度グッと押しつける  
□ エピペンを本物からゆっくり離し、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  
やり直し! OK

⑤ その後  
□ 通常 15分以内に薬になる(効果は約15分持続)  
□ 元気になるまで動かさない。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

ここではステロ  
イドも飲んだほう  
が  
いいでしょう  
薬名記入を

### 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

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、下顎を上  
● 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(右上胸部、左下胸部)  
● 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

慌てると頭の中  
が真っ白にな  
ります。アナ  
フィラキ  
シーを起こす  
予定がなく  
ても書くよう  
に伝えましょ  
う

このマニュアルは東京都および名古屋市発行の食物アレルギー緊急時対応マニュアルを参考に作成しました