



### ネウボラって？

フィンランド語で「相談する場所」が日本語に近い意味。フィンランドでは、「ネウボラ」として、かかりつけの担当者や専門職が、妊娠期から就学期まで切れ目なくサポートしています。



仙北市ホームページはコチラ！

【電話相談／仙北市保健課】

《固定電話》 ☎ 43-2252

《携帯電話》 📞 080-2813-0835



# 赤ちゃんとお子ぐももの応急手当

元気に過ごしていた子どもが突然熱を出したり、けがをすることがよくあります。子どもは、容態をうまく訴えることができません。そんなとき、どのように対応したらよいか知っておくことが大切です。

## ① 熱がでたとき

熱があっても子どもが機嫌よく遊んでいるか、眠っているようなときであれば、慌てずに様子を見ましよう。ふらふらしたり、食事がとれなかったり、機嫌が悪い場合は、受診しましょう。

### 対応方法

- ▼ 気持ちよさそうであれば、水枕や冷却シートを使う。
- ▼ 汗をかいたらよく拭き、着替えさせる。
- ▼ こまめに水分補給をさせる。



## ② 咳がでているとき

咳は、空気の通る道（気道）の痰や、ひっかかったものを出したりする防御作用です。風邪などで寝ていた子どもが熱を出し、せきこみ、顔色が悪くなったときや、呼吸がヒューヒュー、ゼーゼーしており、苦しそうな場合は、受診しましょう。

### 対応方法

- ▼ 気温の急激な変化を避け、特に乾燥には注意する。
- ▼ せきこんだら前かがみの姿勢をとらせ、安静にする。

## ③ 下痢をしたとき

子どもは、消化器官も未発達で下痢をしやすいです。下痢が激しく回数も多く、ぐったりしているときや、機嫌が悪く食欲がなく、発熱や嘔吐を繰り返すときは、受診しましょう。

### 対応方法

- ▼ お尻がただれやすいので、温かいタオルで拭いたり、お尻を洗ったりし、清潔を保つ。
- ▼ 水分補給を十分に行う。できるだけ湯冷ましや麦茶などを多く与える。



## ④ 嘔吐をしたとき

子どもは、いろいろな原因でよく吐きまます。吐く回数が多いときや意識がぼんやりしているとき、尿が半日以上でないときなどは、早めに受診しましょう。

### 対応方法

▼ 吐いたものが気管に入らないように、横向きに寝かせる。

## ⑤ やけどをしたとき

吐き気が止まったら、水分を少量ずつ様子を見ながら与える。  
※オレンジなどの柑橘系の飲み物や炭酸飲料、牛乳などは、吐き気を増強させるので注意！  
家の中にはやけどを起こす原因がたくさんあります。やけどをした部分が「深い」「深い」ほど危険です。やけどの重傷度の判断は難しいので、判断がつかない場合は、受診しましょう。

### 対応方法

- ▼ 急いで冷たい水、水道水で冷やす。
- ※衣類を着ている場合は、脱がさずそのまま冷やす。
- ▼ やけど部分に触らないようにし、清潔を保つ。
- ※水ぶくれはつぶさない。



## ⑥ 診察を受けるときは

- ▼ 子どもの普段の様子が分かっている人が連れていく。
- ▼ 症状が出てからの体温や便、尿などの状態や経過をメモしておく。
- ▼ 脱ぎ着が楽にできる服装で受診する。
- ▼ 保険証、母子健康手帳、お薬手帳を忘れずに持っていく。

