



阪神北広域こども急病センター ニュースレター

平成
30年度
春号



寒さが和らぎ、春の日差しが心地よい季節となりました。流行している病気は特にありませんが、新年度・新学期が始まったことにより周りの環境も変化するため、体調をくずさないよう健康管理にお気をつけください。

子どものケガと対処法

子どもは成長と共に色々なものに興味を持つようになるため、ケガも多くなります。子どもがケガをしたとき、受診までの間に適切な対処を行うことで、ケガを悪化させずにすむ場合もあります。慌てずに対応できるよう、家庭でできることや医療機関を受診する目安に是非お役立てください。



▶ 打撲・ケガ

打撲・ケガしたときは、受診までの間に出血や痛み・腫れを軽減させるためにRICE処置*を行います。

*RICE処置…患肢や患部を安静(Rest)にし、氷で冷却(Ice)し、包帯などで圧迫(Compression)し、患肢を挙上すること(Elevation)が基本です。

Rest 安静



Ice 冷却



Compression 圧迫



Elevation 挙上



冷却は15～20分したら(患部の感覚が無くなったら)はずし、また痛みが出てきたら冷やします。挙上は受傷部位を心臓より高く挙げるようにします。

▶ 体を打った

腕や足などを打ったときは、冷たいタオルで打った部分を冷やします。また、おなかを強く打ったときは、衣類をゆるめて、動かしたり揺すったりせず安静にして受診しましょう。

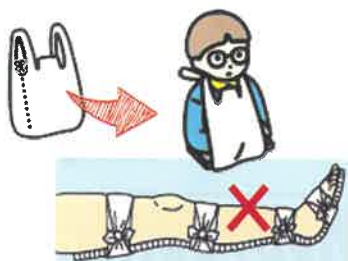


▶ 頭を打った

出血がないか、傷の広さ・深さやコブの状態、意識があるかなどを確認しながら、打ったところを保冷剤などで冷やします。また吐き気やおう吐がある場合は、吐物による窒息を防ぐために、顔を横に向けて体を動かさないようにします。症状が遅れて出ることがあるので、1～2日は安静にして観察が必要です。

▶ すり傷・ひっかき傷・出血した

傷口が泥や砂などで汚れているときは、傷口を洗い流し(消毒)しましょう。傷口をきれいにすると、傷の大きさや程度が分かります。出血があれば、ガーゼで傷口が閉じるように強く圧迫し、可能なら傷口を心臓より高く上げます。出血が止まらない場合は、腕なら上腕動脈(ひじの内側)、足なら大腿動脈(太ももの付け根)を押さえるなどしながら、すぐに受診しましょう。



▶ 骨折した

腫れがひどい、変形していて痛みが激しいときには、動かないように固定し受診しましょう。固定には副え木や板、ボール紙、雑誌など固いものをあて、三角巾や包帯、ネクタイなどで固定します。レジ袋の側面を切ったものに首と腕を通せば、三角巾の代用として使えます。

固定する時は痛がらない位置で、固定することを忘れないようにしましょう。

裏面へ続く

やけど

子どもの皮膚は大人の皮膚に比べ薄いので、やけどしたらひどくなってしまうことが多く注意が必要です。やけどは早く冷やし始めるほど効果があるので、まずはしっかりと冷やしましょう。流水で服の上から30分以上冷やし（服は無理に脱がさない）、流水で冷やせない場合にはバケツの中に氷水を入れて冷やしたり、清潔な濡れタオルで何回も冷やしたりします。また、やけどした所は何も塗らず、水ぶくれは化膿する恐れがあるため、つぶさないようにガーゼで保護しましょう。



やけどは深さや範囲によって重症度が異なり、皮膚表面の色調から深さの判断は以下の3つに分けられ、受傷範囲によっても対処が異なります。

皮膚の状態（重症度）／受傷範囲	対処
<ul style="list-style-type: none"> ■皮膚が赤くなり、ヒリヒリする。水ぶくれにはなっていない（軽症）。 ■指先だけなど、やけどの範囲がお子さんの手のひらより狭い 	家で様子を見て、翌朝に受診を！
<ul style="list-style-type: none"> ■水ぶくれ（水泡）ができ、痛みが強い（中等症）。 ■やけどした子どもの手のひらより広い 	冷やしながら、すぐに受診を！
<ul style="list-style-type: none"> ■皮膚が白っぽくなり、あまり痛みは感じない（重症）。 ■全身または広範囲 	冷やしながら、すぐに救急要請を！



電話相談をご利用ください

◆阪神北広域こども急病センターでは、看護師による電話相談を行っています。

☎ 電話相談 ☎

072-770-9981



☎ 相談受付時間 ☎

平日	午後 8 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
土曜日	午後 3 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 9 : 00 ~ 翌朝 6 : 30

こどもの急病でお困りのときは、お気軽にご相談ください。

診療のご案内

診療科目	小児科（15歳未満、中学生まで） ※原則、内科の診療となります	
診療受付時間	平日	午後 7 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 8 時から
	土曜日	午後 2 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 3 時から
	日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 8 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午前 9 時から

道路地図



阪神北広域こども急病センター

〒664-0015 伊丹市昆陽池 2 丁目 10 番地
http://www.hanshink-kodomoq.jp/

TEL : 072-770-9988

FAX : 072-770-9905