こどもの病気やけが

こどもは、感染症にかかったり、やけど、けが、誤飲などの事故にあったりすることも稀ではありません。いつもこどもと接している保護者が、こどもの様子が「普段と何かが違う」「どこかおかしい」と感じたときには、よくこどもの状態を観察しましょう。心配な点がある場合には、かかりつけ医に相談しましょう。

◎医療機関への受診について

呼吸が苦しそう、ぐったりしている、何度も吐く、けいれん、意識を失うような症状が見られた場合には、必ず医療機関を受診しましょう。医療機関を受診する際には、こどもの症状、その変化、時間をメモしておきましょう。また、母子健康手帳にはこれまでの重要な記録があるので、必ず持参しましょう。

◎こども医療電話相談事業（電話番号：＃８０００（全国同一の短縮ダイヤル））

休日、夜間のこどもの症状にどのように対処したら良いのか、病院を受診した方がよいのかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師から、お子さんの症状に応じた適切な対応の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。詳細はお住まいの都道府県にお問い合わせください。

※こども医療電話相談事業（#8000）について（厚生労働省）

※こどもの救急（日本小児科学会）

◎抗生物質（抗菌薬）を正しく使うために

抗生物質（抗菌薬）は、細菌を退治する薬であり、“かぜ”やインフルエンザの原因であるウイルスには効きません。また、副作用や抗生物質の効かない細菌（薬剤耐性菌）を生む原因にもなりえます。

抗生物質が必要かどうかを慎重に判断できるように、“かぜ”で受診する時には症状を医師にくわしく伝え、わからないことがあれば尋ねましょう。また、処方された場合は量と期間を守りましょう。

※薬剤耐性（AMR）について（AMR 臨床カンファレンスセンター）

事故の予防

現在わが国では、不慮の事故がこどもの死亡原因の上位となっています。
起こりやすい事故の内容は年齢によって異なりますが、周囲が気をつけることで防げるものが大部分です。
発育過程の中で、いつ頃、どんな事故が起こりやすいか知っておくことは、事故を予防する上で大切です。

月齢・年齢別で見る起こりやすい事故

月･年齢	起こりやすい事故	事故の主な原因と対策
新生児	周囲の不注意によるもの 窒息	☆誤って上から物を落とす ☆上の子が抱き上げてけがをさせたり、物を食べさせたりする ☆まくらや柔らかい布団に顔が埋もれる（赤ちゃん用の硬めの寝具を使い、仰向けに寝かせる）
１～６か月	転落 やけど	☆ベッドやソファー、抱っこひも、ベビーカーなどから落ちる（大人用ベッドではなく、出来るだけベビーベッドで寝かせ、常に柵を上げる） ☆抱いているこどもに熱い飲料をこぼす
7～12か月	転落・転倒・はさむ やけど 溺水 誤飲・中毒 窒息 車中のけが	☆扉、階段、ベッド、ベビーカー、椅子などから落ちる、ドアや窓で指や手を挟む ☆アイロン、ポット、電気ケトルのお湯、炊飯器、スチーム加湿器の蒸気でやけどをする ☆浴槽、洗濯機に落ちて溺水する（残し湯をしない） ☆たばこ、医薬品、化粧品、洗剤、コイン、ボタン電池、磁石などを誤飲する（こどもの手の届くところに置かない） ☆パン、お菓子などの食品がのどにつまる ☆車中で座席から転落する（チャイルドシートを使用する）
１～４歳	誤飲・中毒 窒息 転落･転倒 歯みがき時のけが やけど 溺水	☆行動範囲が広がり、あらゆるものが誤飲の原因になる ☆パン、お菓子、豆、ナッツ類、ブドウ、ミニトマトなどの食品がのどにつまる ☆階段、窓、ベランダなどから落ちる（踏台になるものを置かない） ☆歯ブラシでの喉突き事故 ☆熱い鍋に触れる、テーブルクロスを引いて湯をこぼす（テーブルクロスは使用しない）、ライター、マッチなどによる火遊び（子どもの手の届くところに置かない） ☆入浴時、水あそび時に溺水する

	交通事故	☆飛び出しによる交通事故（手をつないで歩く）

（参考情報）

◎こどもの事故予防に関する豆知識や注意点などを、情報発信しています。

※こどもの事故防止ハンドブックについて（こども家庭庁）

※こどもを事故から守る！事故防止ポータルサイト　こどもの不慮の事故を防ぐために（こども家庭庁）

※子どもの予防可能な傷害と対策（日本小児科学会）

◎消費者庁では、こどもの事故予防に関する豆知識や注意点などを、こども安全メール（メールマガジン）や X(旧Twitter)で配信しています。

※こども安全メール、X（旧 Twitter）のご紹介（消費者庁）

※消費者庁　こどもを事故から守る！　X（旧 Twitter）（消費者庁）

◎歯ブラシの喉つき事故についての情報

※「楽しく安全に歯みがきをする習慣を身につけよう」リーフレット（表）（日本小児歯科学会）

※「楽しく安全に歯みがきをする習慣を身につけよう」リーフレット（裏）（日本小児歯科学会）

◎化学物質（たばこ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性の中毒について情報提供、相談が行われています（異物誤飲（小石、ビー玉など）、食中毒、慢性の中毒、常用量での医薬品の副作用は受け付けていません）。

※日本中毒情報センター

・大阪中毒１１０番　　：TEL072-727-2499（24時間365日対応）
・つくば中毒１１０番　　：TEL029-852-9999（９時～21時365日対応）
・たばこ誤飲事故専用電話：TEL072-726-9922
（無料（テープによる情報提供）24時間365日対応、自動音声応答による情報提供）

◎こどもの命を守るチャイルドシート

法令で、６歳未満はチャイルドシート使用義務があります。こどもの命を守るため、また、事故による被害を防止、軽減するために、自動車に同乗させるときにはチャイルドシートを必ず正しく使用しましょう。チャイルドシートを使用していないと、使用しているときに比べて、事故時に死亡又は重傷となる率が著しく高くなります。

また、チャイルドシートを使用していても取付方法やこどもの座り方が不適切な場合には、その効果が著しく低下するので、取扱説明書などに従って、正しく使用しましょう。

医療機関で生まれた赤ちゃんが退院して自宅に初めて帰るとき（生まれて初めて車に乗るとき）から使用できるよう、国の安全基準に適合したチャイルドシートを出産前から準備しておきましょう。また、チャイルドシートはできるだけ後部座席に固定するようにしましょう。

乳幼児（６歳未満のこども）を同乗させて自動車を運転するときは、疾病のためチャイルドシートを使用させることが療養上適当でないなど使用義務が免除される場合を除き、チャイルドシートを使用することが法律により、義務付けられています。

６歳以上のこどもであっても、体格等の事情により、シートベルトを適切に着用させることができない場合は、チャイルドシートを使用しましょう。

＜チャイルドシートに関する取り組み～生まれてくる大切な命のために～＞

※子供を守るチャイルドシート（警察庁）

※自動車アセスメント（国土交通省）

＜チャイルドシートに関する情報＞

※チャイルドシートアセスメント検索一覧（自動車事故対策機構）

※チャイルドシート安全比較 BOOK（自動車事故対策機構）

◎車の中の危険

窓を閉め切った車の中は、真夏でなくても短時間で車内温度が上昇し、こどもが脱水や熱中症を引き起こし、命を落とすこともあります。こどもが車内の装置を動かして事故になることもあります。どんなに短時間でも、決してこどもだけを残して車から離れてはいけません。

また、パワーウインドウに首や指を挟まれて重傷を負う事故が起きています。操作する前に必ず一声かけ、普段はロックしましょう。

◎自転車の危険

こどもを自転車の幼児用座席に乗せるときは、ルールを守って安全な運転を心がけ、乗車用ヘルメットを着用させるとともに、シートベルトを備えている幼児用座席の場合には、シートベルトを着用させましょう。自転車や幼児用座席は安全性を示すマークの付いたものを使いましょう。また、転倒のおそれがあるので、決してこどもだけを残して自転車から離れてはいけません。

自転車に乗るときは、自らの命を守るため、乗車用ヘルメットを着用しましょう。また、こどもに着用させるものも含め、安全性を示すマークの付いた乗車用ヘルメットを使用しましょう。

※自転車は車のなかま～自転車はルールを守って安全運転～（警察庁）

食べ物や玩具など、ものがのどにつまった時の応急手当

乳幼児は、大人が思いもよらないものを口にします。食べ物や玩具等がのどにつまると、窒息する危険があります。

周囲の大人が、普段から乳幼児ののどに詰まりやすい大きさの目安（３歳児の最大口径39㎜、口から喉の奥までの長さ51㎜）を知り、窒息につながりやすい食べ物の注意点や玩具の取り扱いに関す注意書きをよく確認するとともに、すぐに対処できるように、応急手当について知っておくことが必要です。

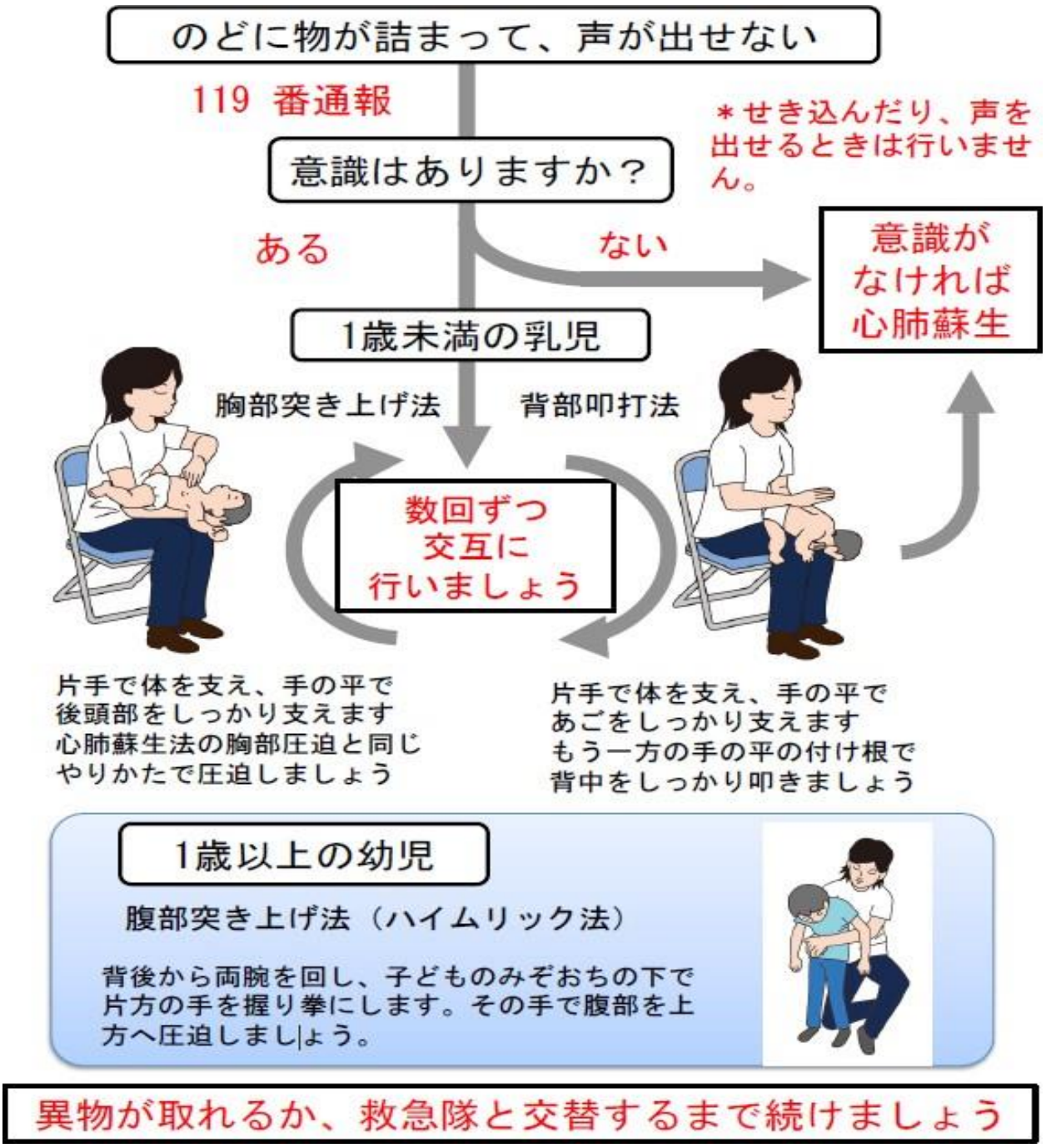
口の中に指を入れて取り出そうとすると、異物がさらに奥へ進んでしまうことがあります。

◎歯ブラシの喉つき事故についての情報

※「楽しく安全に歯みがきをする習慣を身につけよう」リーフレット（表）（日本小児歯科学会）

※「楽しく安全に歯みがきをする習慣を身につけよう」リーフレット（裏）（日本小児歯科学会）

【ものがのどにつまった時の応急処置】

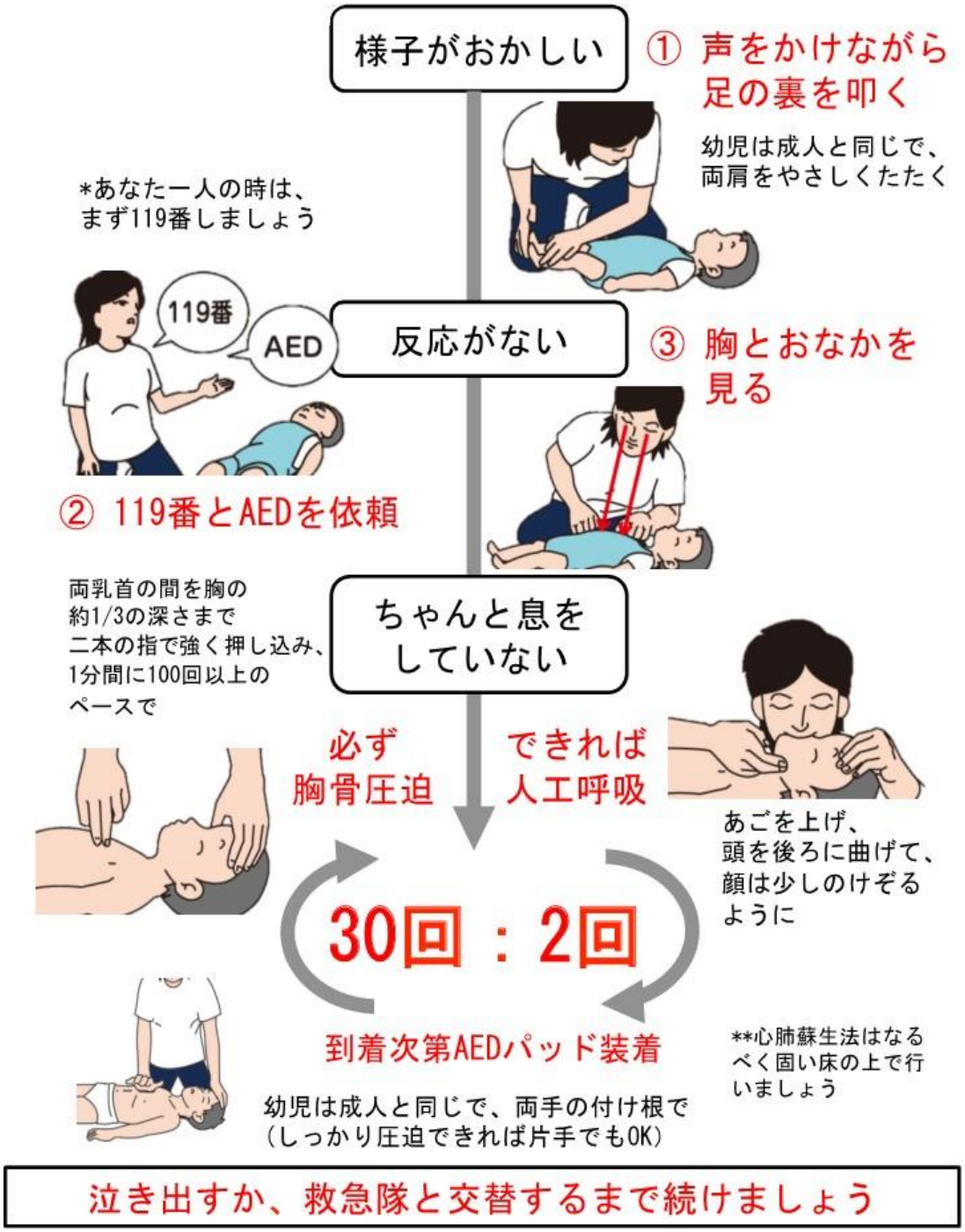


（監修）日本小児呼吸器学会、日本小児救急医学会

心肺蘇生法

心肺蘇生法の基本は、胸骨圧迫と人工呼吸です。胸骨圧迫だけでも、人工呼吸だけでも、何かをするその勇気がお子さんの救命につながります。

様子がおかしいと思ったら助けを呼んで、以下の心肺蘇生法の手順を開始しましょう。



（監修）日本小児呼吸器学会、日本小児救急医学会

※消防機関等で応急処置の講習会が行われています。慣れておくと安心なので、参加してみましょう。