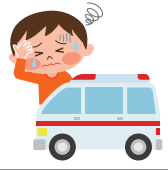


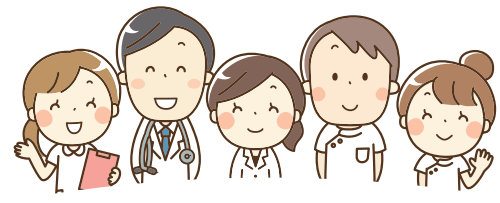


9月9日は「救急の日」です。  
 「救急の日」は、救急業務及び救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識高揚を図ることを目的に、1982年に定められ、以来、9月9日を「救急の日」を含む1週間を「救急医療週間」としています。



救急とは、急に大変なことが起こった時にそれを救うことです。特に、急に病気になる人や怪我をした人に応急の手当てをすることを言います。

## 家庭看護力をアップしよう



## 家庭における子どもの救急初期対応

もしも、おうちで子どもに異変が起きたら……

教えてくれるのは



おおのあかちゃんこどもクリニック 院長  
 大野 直幹 先生

### 01 | 家庭看護力とは？

私が小児科医として外来をしていると、「子どもが体調を悪くしても重症度が分からないから受診のタイミングに悩む」という親御さんの不安をよく耳にします。  
 「別にわざわざ受診しなくても自然に良くなるかも」「でも知らない間に悪化していて手遅れになったらどうしよう」と、お子さんの体調管理は常に親御さんの頭を悩ませる大きな課題ですが、不安を感じながら子育てをしていくのはとても辛いものです。  
 もちろん早めに受診して相談してくだされば良いのですが、家庭でお子さんの急変のサインを見逃してしまうと、受診が遅れ、治療のタイミングを逃し、場合によっては命に関わる緊急事態に発展する場合があります。  
 こういったことを防ぐためにも、親御さんは子どもの急変の判断の仕方や救急初期対応をある程度知っておく必要があります。  
 最近では、家庭でお子さんの症状をみて軽症か重症かを見分けたり、救急初期対応をする能力、いわゆる、「家庭看護力」が注目されています。この「家庭看護力」を少しずつでもアップしていけば、親御さんの毎日の子育ての不安も減り、安心して家庭でお子さんを見ていけるのではないかと思います。



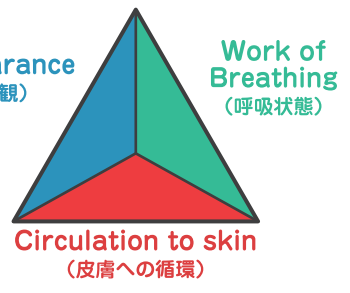
### 02 | 子どもの急変に気付くために

さて、そもそも子どもの急変とはどのような状態でしょうか？そしてみなさんはそれに確実に気付くことができますか？  
 年齢別のバイタルサイン(心拍数、呼吸数など)のような難しい知識がなくても不安に思う必要はありません。  
 子どもの様子を見ていて、「やばい!」「これはおかしいぞ?」「何か大変なことが起こっている気がする!」という第一印象、First Impressionが最も重要になるからです。これは昔から言ういわゆる「親の勘」というやつです。  
 ただしこの勘を養うには、お子さんのいつもの様子をしっかりと把握しておく必要があります。お子さんの健康な状態を一番近くでいつも見ている親御さんだからこそ、「いつもと違う」ことに気付けるのです。



### 03 | Pediatric Assessment Triage (PAT)

この第一印象に関して、小児救急の現場でよく使用する評価方法の一つに、Pediatric Assessment Triage (PAT) という方法があります。これは道具を使わずに、最初の数秒で、誰にでも評価できる、ABCのトライアングルになった方法で、いわゆる「なんか具合が悪そう」といった曖昧な印象を具体的に評価できる便利なツールです。



1つ目のAは、「Appearance (見た目)」です。まずは声をかけて、視線が合ってるかどうか、普段通り話ができるか、手足を動かしているか、だらっとしているのか、など、いわゆる全体の見た目の印象を評価します。子どもは泣いていると判断が難しくなることもあるので、できるだけ落ち着かせてあげる工夫が必要です。  
 2つ目のBは、「Work of Breathing (息の仕方)」です。肩で呼吸をしてないか、胸や喉がベコベコ凹んでいないか、ゼイゼイ苦しそうな呼吸をしていないか、などを簡単に見ます。  
 3つ目のCは、「Circulation to skin (皮膚の感じ)」です。皮膚が真っ青、まだら、手足が異常に冷たいなどの循環障害がないか、体の見える部分に出血や打ち身がないか、などを見ます。  
 この3つを、できれば10秒程度、少なくとも30秒以内で、まさにパツと評価する必要があります。これだけ知っておけば第一印象で子どもの急変に十分気付くことができます。  
 ちなみにこれで呼びかけに反応しない、息をしていない、顔色が蒼白、脈が触れない、痙攣が5分以上続いている、などがある場合は、すぐに救急車を呼んだり、自分で心肺蘇生をしなければならない可能性があります。