

## チームで取り組む 食物アナフィラキシー対策



いたやどクリニック小児科  
木村彰宏

新型コロナウイルスの流行で、先生方は普段にも増してお忙しくされていることと思います。

例年は、4月当初にいたやどクリニックにお集まりいただき、食物アレルギーがある子どもの学校での対応について説明をさせていただいていますが、今年度は感染予防の観点からやむを得ず中止とさせていただきました。かわりに説明会でお伝えさせていただこうと考えていた要点を書き記しました。ご参考にしていただけると幸いです。

2020年4月1日

いたやどクリニック 木村彰宏

チームで取り組む 食物アナフィラキシー対策



食物アレルギー を知ろう	はじめにとる 行動は	救急車が 来るまでに	エピペン <sup>®</sup> を 使ってみよう	症状が出ない 取り組みを
-----------------	---------------	---------------	-------------------------------	-----------------



## 子どもの心のうちは

今年も 新入園・新入学の春が訪れました。  
 うれしさいっぱい幼稚園の子ども、  
 笑顔あふれる小学一年生  
 そして 少し緊張気味の中学一年生。  
 どの子どもの顔も、新しい生活への期待で輝いています。  
 でも、食物アレルギーがある子どもの表情は、少し複雑です。  
 新しい生活の場所の食事は大丈夫かな  
 ボクの心配を分かってくれるかな。  
 もしもの時に、先生やみんなに助けてもらえるかな。  
 食物アレルギーがないみんなとは違う もうひとつ、とっても大きな  
 もう一つの心配を背負って、園や学校の門をくぐります。  
 これまで おとうさんやおかあさんがされてきた 子どもへの手助けを、  
 これからは、もっと大勢のおとなたちで引き受ける時がきました。  
 子どもたちに関わりを持つ一人ひとりのおとなにできることを

一緒に考えたいと思います。



## 理解を得ることが難しい病気です

### Q: 食物アレルギーがある子どもの気持ちを理解することは難しいのですか？

ケガをしている人が、包帯を巻いたりギプスをされていると、まわりの人はその人のお困りが分かりやすく、何かお手伝いしようという気持ちが起こります。食物アレルギーがある子どもは、症状が出ていない時には、まわりの子どもと外見では区別はつかないので、まわりの人からの理解が得にくい特徴があります。しかし、アレルギーの原因になる食べ物を口にすると、急激に全身の症状が出現して様子が急変します。そのため本人や保護者の方は、症状が出ないように毎日注意して生活されています。

食物アレルギーは、毎日の困り感や緊張感が当事者以外には分かりにくいので、本人や保護者の方と、まわりの人との気持ちのすれ違い起きやすくなり、いろいろな問題につながる社会的な病気です。

食物アレルギーってなあに？ まずは定義から

食物によって引き起される抗原特異的な免疫学的機序を介して生体にとって不利益な症状が惹起される現象です

食物によって引き起される**抗原特異的な免疫学的機序**を介して生体にとって**不利益な症状**が惹起される現象です





(ニッポンハム食と未来財団)

## 食物アレルギーと間違われる病気は

### Q: 食物アレルギーって、どんな病気ですか？

食物アレルギーは、「食物により」「免疫が関係して」「不利益な症状」が「急激に」起きる病気です。

### Q: 食物アレルギーと間違われやすい病気を教えてください。

「食物により」「不利益な症状」が「急激に」起きる病気には  
ヒスタミン中毒、細菌性食中毒などがあります。

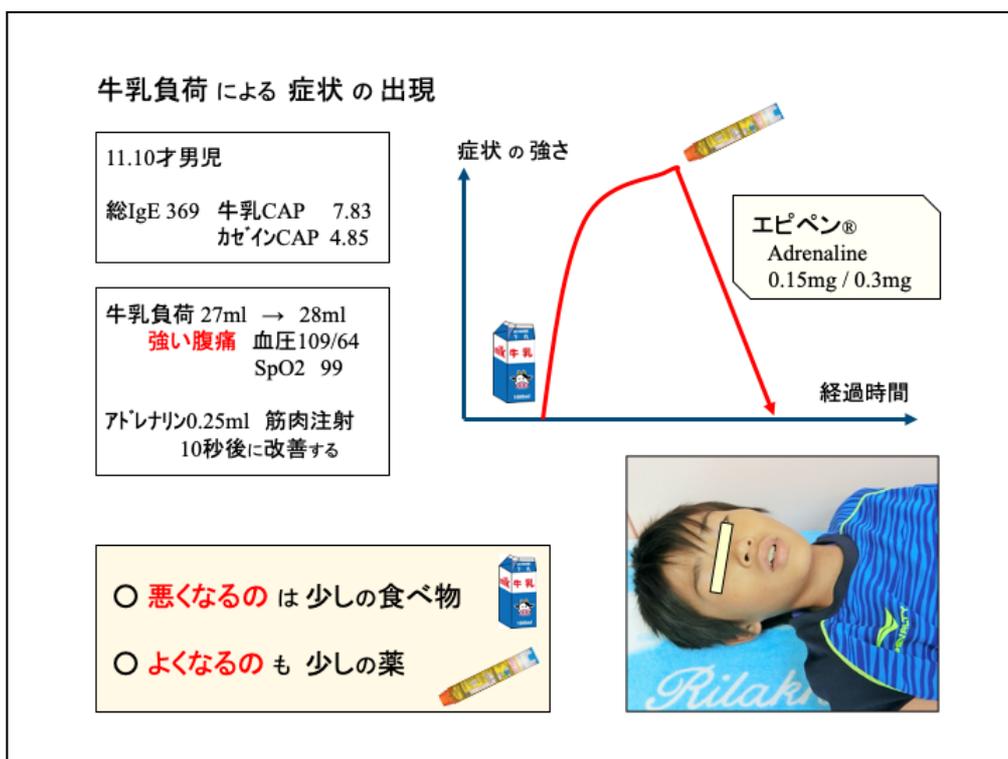
「免疫が関係して」「不利益な症状」が「急激に」起きる病気には  
ハチ毒アレルギー、薬物アレルギー、気管支喘息発作などがあります。

「不利益な症状」が「急激に」起きる病気には  
熱中症や急性胃腸炎(ノロウィルス・ロタウィルス)、インフルエンザなどがあります

### Q: 急激に症状が出る病気には注意がいのですね。

原因が何であれ、子どもの様子が急に悪くなる時はすぐに病院に連れていきましょう  
食物アレルギーが原因でアナフィラキシー症状を起こしているときには、病院に行く

前に、その場でエピペン®を使う必要があります。



### 劇的な経過をとる病気です

#### Q: 食物アナフィラキシーは劇的な経過をとるのですね

食物アナフィラキシーは、他の病気には見られない劇的な経過をとります。

11才の男の子の例を見てみましょう。

男の子は家庭で牛乳を27ml飲んでいました。

病院で28ml負荷したところ、10分ほどすると強い腹痛が起こり、

血圧も低下しました。

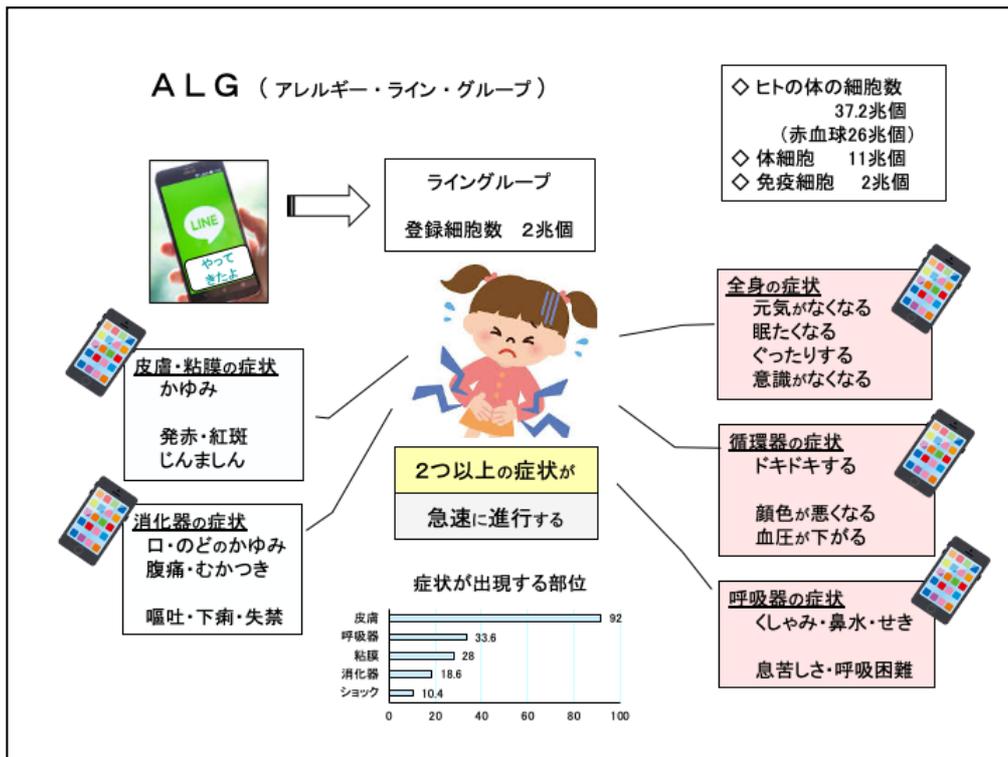
エピペンを使うと、10秒後には強い腹痛は改善し、普通に会話もできるようになりました。

この男の子の場合、牛乳を1ml増やすことで症状が出たのですが、

さらに重症の子どもでは、牛乳1滴、卵0.1gほど食べるだけで

アナフィラキシーがおきることも稀ではありません。

少しの食べ物で、急激に症状が出現し、少しの量の治療薬で、急激に症状が改善する病気は、食物アナフィラキシー以外に見あたりません。



## 2つ以上の所に急激に症状が広がる場合、 アナフィラキシーを疑います

### Q: 少し食べるだけで、全身に症状が広がるって、不思議な病気ですね

食物アナフィラキシーは、免疫反応により引き起こされる病気です。

免疫反応が広がっていくシステムを、身近なスマホを例に説明します。

身体の中には、2兆個の免疫細胞があるといわれます。

この2兆個の免疫細胞が、ひとつの大きなライングループを作っています(ALG)

アレルギーを起こす食べ物が身体の中に入ってくると、初めに出合った免疫細胞は「苦手な食べ物がきたよ」と、2兆個の免疫細胞に一斉配信します。

皮膚にいる免疫細胞は、「了」。かゆみやじんましんをおこす準備をします

おなかにいる免疫細胞は、「了」。腹痛や嘔吐をおこす準備をします

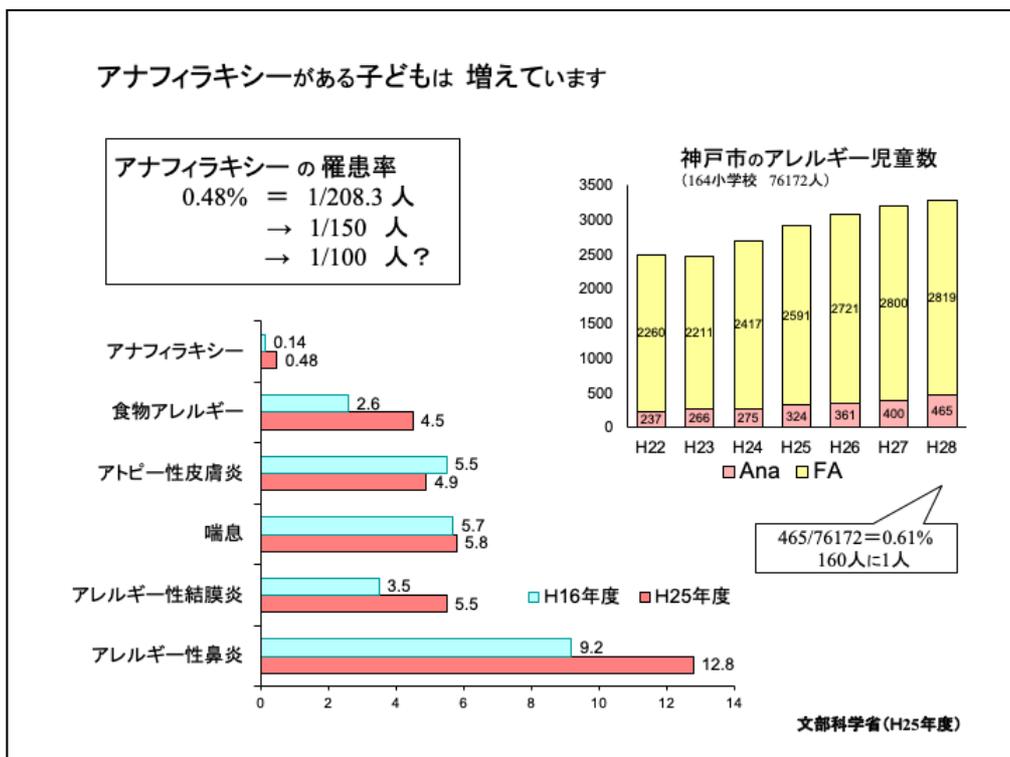
呼吸器にいる免疫細胞は、「了」。咳や喘息発作をおこす準備をします

心臓や血管にいる免疫細胞は、「了」。血圧をさげる準備をします

脳や神経にいる免疫細胞は、「了」。意識を低下させる準備をします

準備ができたところから、症状が出はじめます

1つの細胞からの一斉配信で、全身に症状が出現するシステムがあるのですね



## 食物アレルギーは急激に増えています

### Q:食物アレルギーがある子どもは増えているのですね

エピペンを持っている最重症の食物アレルギーがある子どもは、150人に一人くらいと言われてきました。

最近では、在校生の100人に一人の子どもがエピペンを持っているという学校が増えてきました。

アレルギーの病気の中では、花粉症と共に急増している病気です。

## 食物アレルギーの原因食物

	0歳 N=1270	1歳 N=699	2、3歳 N=594	4-6歳 N=454	7-19歳 N=499	20歳以上 N=366
No.1	鶏卵 62%	鶏卵 45%	鶏卵 30%	鶏卵 23%	甲殻類 16%	甲殻類 18%
No.2	乳製品 20%	乳製品 16%	乳製品 20%	乳製品 19%	鶏卵 15%	小麦 15%
No.3	小麦 7%	小麦 7%	小麦 8%	甲殻類 9%	ソバ 11%	果実 13%
No.4		魚卵 7%	ソバ 8%	果実 9%	小麦 10%	魚 11%
No.5		魚 5%	魚卵 5%	ピーナッツ 6%	果実 9%	ソバ 7%
小計	89%	80%	71%	66%	61%	64%

表2 新規発症の原因食物 n=1,706

	0歳 (884)	1歳 (317)	2、3歳 (173)	4-6歳 (209)	7-19歳 (123)	≥20歳 (100)
1	鶏卵 57.6%	鶏卵 39.1%	魚卵 20.2%	果物 16.5%	甲殻類 17.1%	小麦 38.0%
2	牛乳 24.3%	魚卵 12.9%	鶏卵 13.9%	鶏卵 15.6%	果物 13.0%	魚類 13.6%
3	小麦 12.7%	牛乳 10.1%	ピーナッツ 11.6%	ピーナッツ 11.0%	鶏卵 9.8%	甲殻類 10.0%
4		ピーナッツ 7.9%	ナッツ類 11.0%	ソバ 魚卵 9.2%	ソバ 9.8%	果物 7.0%
5		果物 6.0%	果物 8.7%			

各年齢群毎に5%以上占めるものを上位5位表記

表3 誤食の原因食物 n=1,228

	0歳 (119)	1歳 (280)	2、3歳 (311)	4-6歳 (265)	7-19歳 (209)	≥20歳 (50)
1	鶏卵 49.6%	鶏卵 48.6%	鶏卵 37.0%	鶏卵 40.0%	鶏卵 19.2%	小麦 34.0%
2	牛乳 32.6%	牛乳 34.3%	牛乳 36.3%	牛乳 30.6%	牛乳 17.2%	甲殻類 22.0%
3	小麦 16.8%	小麦 11.4%	小麦 14.1%	ピーナッツ 11.7%	ピーナッツ 16.3%	ソバ 10.0%
4				小麦 9.8%	小麦 11.3%	果物 魚類 8.0%
5					甲殻類 9.4%	

各年齢群毎に5%以上占めるものを上位5位表記

(食物アレルギーの診療の手引き2017)

## ナッツアレルギーが急増しています

## Q:アレルギーが増えている食べ物は何か？

乳幼児の頃は、たまご、乳、小麦が原因の多数派です。

小学生になると、新しく果物やエビ・イカ・タコなどの甲殻類が増えてきます。

なかでも、ナッツ類にアレルギー症状が出る子どもが急増しています。

ナッツ類のアレルギーは、食べた瞬間は口の症状(変な味、痛み)がみられず、いきなり嘔吐や腹痛、息苦しさなどの重症の症状がはじまることが多く、注意が必要です。



## 症状が出た時は、本人は無力です

### Q: 食物アナフィラキシーは、本人が気をつけるとよい病気ですよね？

誤食を防ぐのは、本人の自覚的な行動です。

しかし、本人がいくら注意していても、うっかりミスや表示義務違反などが原因で誤食は起こります。

**体調不良の時**にも予想外の症状がでます。

症状がでたあとは、薬を飲んで安静にする、薬を飲んで病院に行く

エピペンを使って病院に行くなど、症状の強さに応じた行動が必要です。

しかし、症状が出はじめた本人は、現状を正確に把握できないようです。

呼吸が苦しくなったり、血圧が下がると脳の機能が低下し、ますます正確な判断が難しくなり、対応が後手後手になります。

まわりの人の判断と手助けが、命を救う唯一の方法です。

### チームで取り組む 食物アナフィラキシー対策



食物アレルギー  
を知ろう

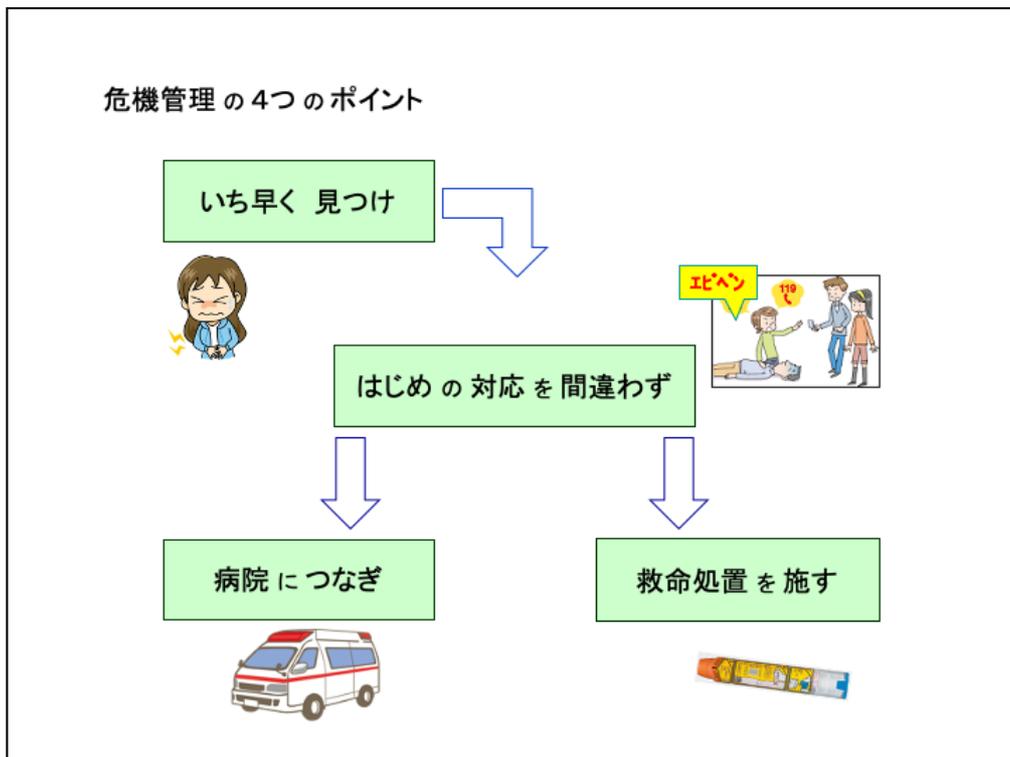
はじめにとる  
行動は

救急車が  
来るまでに

エピペン®を  
使ってみよう

症状が出ない  
取り組みを





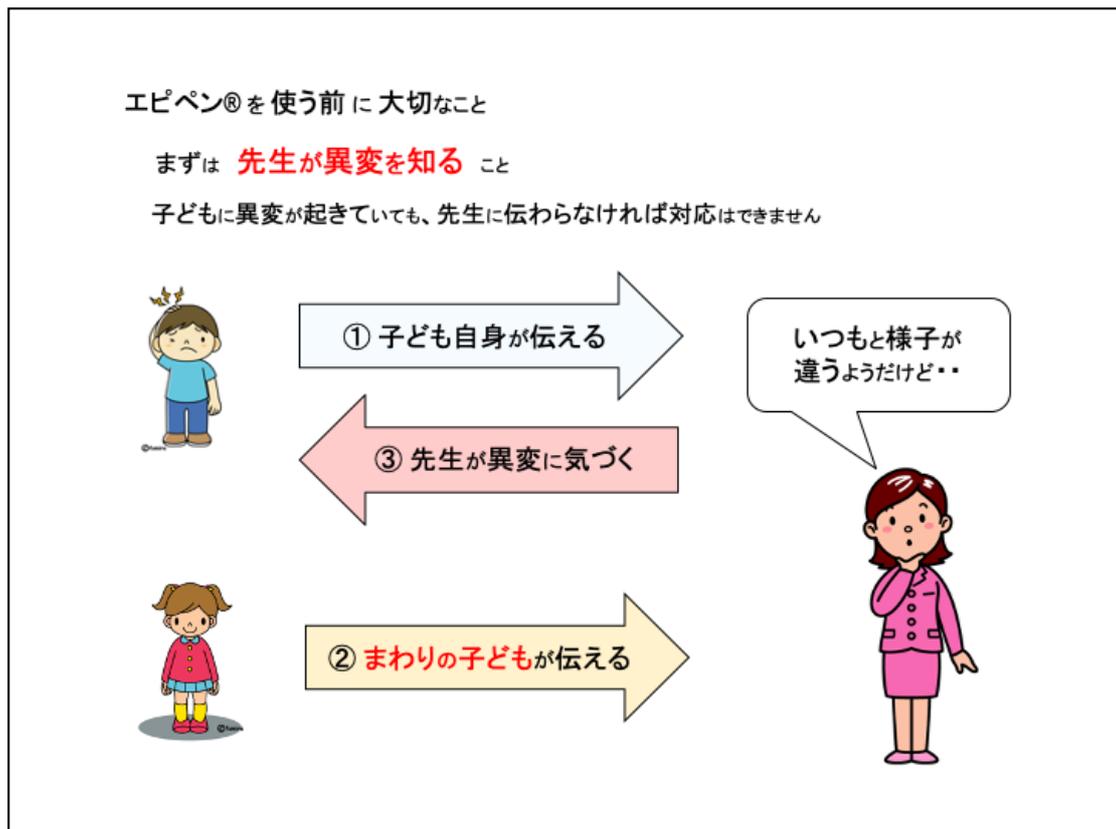
症状をいち早く見つけ、初期対応を行った後は、  
救急搬送、救命処置を、同時にとりくみます

**Q:食物アナフィラキシーの対応で、一番大切なことはなにですか？**

アナフィラキシーの対応は、時間との勝負です。  
子どもに今起きている症状が、アナフィラキシーを疑わせるものかを見分ける力を持ちましょう。

「みつけ」→「はじめての対応を間違わず」→「救命処置を施し」  
→「病院につなぐ」

この対応の流れは  
学校の全職員が知っておくべきポイントです。



対応は、子どもの異変に気づくことからはじまります

Q:調子がわるくなれば、子どもの方から教えてくれるのですよね？

①子どもが、自分から先生に異変を伝える

中学生になっても、自分の体に何か起きていることには気づいても、それがアナフィラキシーのはじまりだととらえることは簡単ではありません。

大ごとにしたくないので、もう少し様子を見ようという気持ちも生まれます。

②子どもの異変に、まわりの子どもが気づき、先生に伝える

まわりの子どもが異変に気づき、本人に代わって、先生に異変を伝えに来てくれることがあります。

食物アレルギーがある子どもも、アレルギーがない子どもも、みんな「お互いさま」、クラスみんなで「一人ひとりを守ろう」という、クラス運営が求められます。

③先生が子どもの異変に気づく

先生が子どもの異変に気づく時は、症状が進んだ段階のことが多いようです。



先生がはじめにとる3つの行動

①アナフィラキシーの疑いがあるか  
確かめる(積極的な問いかけ)

②子どもを寝かせる  
顔は横を向けて(ショック体位)

③大勢の先生に集まってもらう  
(まわりの子どもに頼む)

近くの先生に  
集まってもらってね!



NG × 子ども自身に判断をゆだねる  
× 子どもを歩かせる  
× おんぶや抱っこをして、連れていく

## はじめにとる行動は、3つです

Q:アナフィラキシーを疑ったら、どうしたらいいのですか？

- ①アナフィラキシーかどうか確かめる、「攻めの問いかけ」をする  
○全身へ症状が広がっているか ○急速に悪くなっているか
- ②子どもを横にする (頭は挙げない、顔は横を向ける)  
アナフィラキシーを疑ったときは、ショック体位をとらせませす  
(体を横にして、顔を横に向ける。下肢を少し挙上させる)  
これは、転倒を避け、脳血流量を確保するための姿勢です。
- ③できるだけ多くの先生に集まってもらう  
ひとりで判断して、行動すると、間違いにつながりかねません  
養護の先生や、校長先生・教頭先生 多くの先生集まってもらいましょう  
まわりの子どもにお願いし、アナフィラキシーを起こしている子どもから  
目を離さないことが大切です。

### チームで取り組む 食物アナフィラキシー対策



食物アレルギー  
を知ろう

はじめにとる  
行動は

救急車が  
来るまでに

エピペン®を  
使ってみよう

症状が出ない  
取り組みを



**症状レベルの観察と行動**

即時型食物アレルギー症状

重症性が高い症状

アナフィラキシー

アナフィラキシーショック

◇アナフィラキシーを少しでも疑えば **動かさない**

◇症状は急激に変化することがあるために、**5分ごとに注意深く観察**する

◇□の症状が1つでも当てはまる場合には、**エピペン**を使用する

観察を開始した時刻( 時 分)	内服した時刻( 時 分)	エピペン®を使用した時刻( 時 分)
<b>動かさない!!</b>		
<b>全身の症状</b> <input type="checkbox"/> くったり <input type="checkbox"/> 意識もうろう <input type="checkbox"/> 尿や便を漏らす <input type="checkbox"/> 顔が熱れにくいまは不規則 <input type="checkbox"/> 唇や爪が青白い		
<b>呼吸器の症状</b> <input type="checkbox"/> のどや胸が締め付けられる音がする <input type="checkbox"/> 犬が吠えるような咳 <input type="checkbox"/> 息がしにくい <input type="checkbox"/> 持続する強い咳き込み <input type="checkbox"/> せーせーする呼吸	<input type="checkbox"/> 数回の軽い咳	
<b>消化器の症状</b> <input type="checkbox"/> 持続する強い(がまんできない)お腹の痛み <input type="checkbox"/> 繰り返し吐き続ける	<input type="checkbox"/> 中等度のお腹の痛み <input type="checkbox"/> 1～2回のおう吐 <input type="checkbox"/> 1～2回の下痢	
<b>目・口・鼻・顔面の症状</b>	<input type="checkbox"/> 軽いお腹の痛み(がまんできる)吐き気 <input type="checkbox"/> 目のかゆみ、充血 <input type="checkbox"/> 口の中の違和感、唇の腫れ <input type="checkbox"/> くしゃみ、鼻水、鼻づまり	
<b>皮膚の症状</b>	<input type="checkbox"/> 軽度のかゆみ <input type="checkbox"/> 数個のじんま疹 <input type="checkbox"/> 部分的な赤み	
<b>上記の症状が1つでもあてはまる場合</b>		
<b>1つでもあてはまる場合</b>		
<b>①ただちにエピペン®を使用する</b> <b>②救急車を要請する(119番通報)</b> <b>③その場で安静を保つ(立たせたり、歩かせたりしない)</b> <b>④その場で救急隊を待つ</b> <b>⑤可能な内服薬を飲ませる</b> <b>緊急性の判断と対応 0-3参照</b> <b>ただちに救急車で医療機関へ搬送</b>		
<b>①内服薬を飲ませ、エピペン®を準備する</b> <b>②速やかに医療機関を受診する(救急車の要請も考慮)</b> <b>③医療機関に到着するまで、5分ごとに症状の変化を観察し、□の症状が1つでもあてはまる場合、エピペン®を使用する</b> <b>速やかに医療機関を受診</b>		
<b>①内服薬を飲ませる</b> <b>②少なくとも1時間は5分ごとに症状の変化を観察し、症状の改善がみられない場合は医療機関を受診する</b> <b>安静にし、注意深く経過観察</b>		

### 救急車がくるまでの、3つの行動パターン

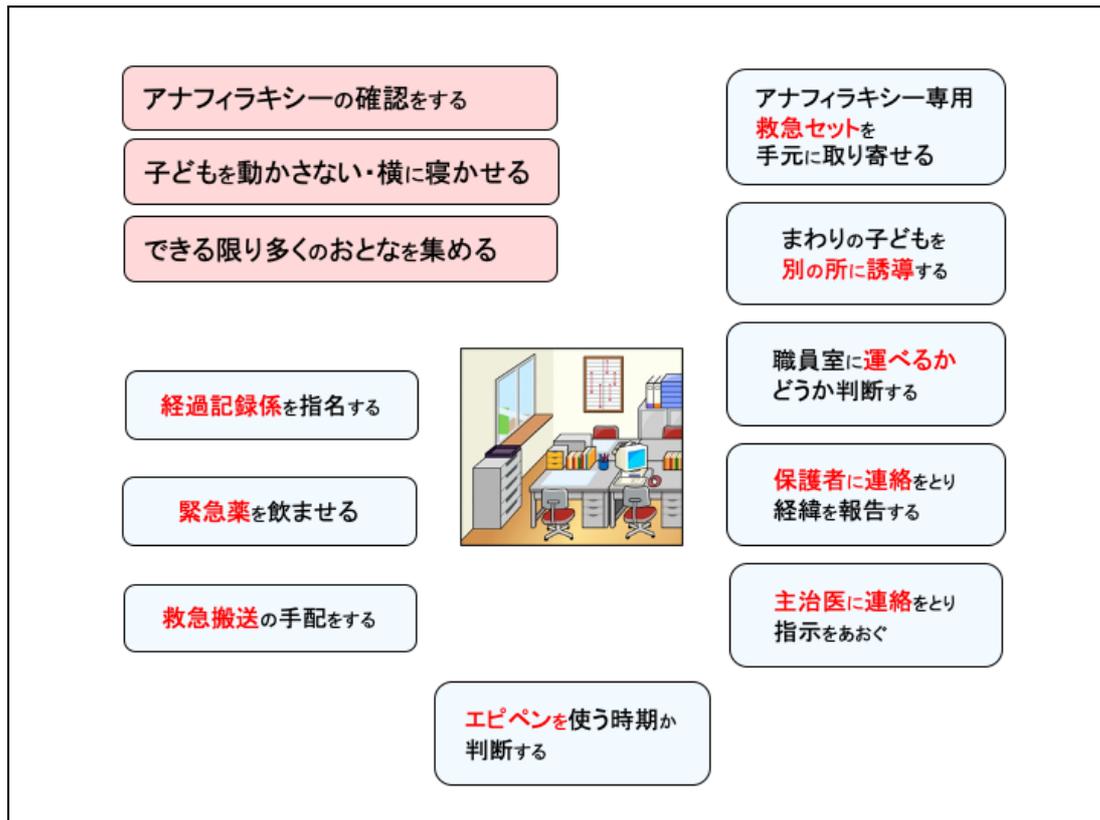
Q:アナフィラキシーを見つけた後は、どう行動するのですか

見つけた症状を、3つの段階に分けて、行動の目安にします

右の「あおの段階」は、薬を飲ませて、安静にして観察

真ん中の「きいろの段階」は、薬を飲ませて 救急車

左の「あかの段階」は、エピペンを使って、救急車



## 養護の先生の出番です

Q:救急車が来るまでに できることはないのですか？

養護の先生を中心に、職員で手分けして取り組みましょう

- エピペン®・緊急薬を、子どもの手元に取り寄せる
- 記録係を指名して、記録をはじめ
- 主治医に連絡をとり、指示をあおぐ
- 緊急薬を飲ませる手配をする
- まわりの子どもを、隣室に移動させる
- 保健室に連れていけるかどうかの判断をする
- 救急搬送の手配をする
- エピペンを使う時期か判断をする
- 保護者に連絡する

学校は医療機関ではありません。

「救命処置は病院で 学校は、それまでのつなぎの手当て」という位置づけを忘れないでください。

## アナフィラキシー専用救急セットを子どもの手もとに取り寄せる

子どもが「倒れている場所」が  
「保健室」だと考えましょう

### アナフィラキシー救急セット

- エピペン®
- エピペン®使用手順書
- 緊急薬・紙コップ
- 携帯用酸素
- 初期対応手順書
- 症状確認チャート
- 症状フォローチャート
- 保護者連絡先
- 主治医連絡先
- 救急搬送依頼マニュアル
- タオル・ビニール袋・紙コップ
- レジャーシート



## アナフィラキシー救急セットを用意しておく

### Q:アナフィラキシー救急セットには、何を備えておくのですか？

- エピペン® (エピペン®はトレーナーではなく、本物であることを確認)
- エピペン®使用手順書 (イラストが載せられていて、一目で分かるものがよい)
- 緊急薬・紙コップ (処方薬と、飲ませる際に用いる紙コップ)
- 携帯酸素 (使用期限を確かめておく)
- 初期対応手順書
- 症状確認チャート (3段階の症状と、対応する行動指針の図表)
- 症状フォローチャート
- 救急搬送依頼マニュアル
- 保護者緊急連絡先 ・ 保護者緊急連絡マニュアル(複数の連絡箇所)
- 主治医緊急連絡先
- タオル・ビニール袋 (嘔吐した時に備えて準備しておく)
- レジャーシート (濡れた床面に寝かせる時に備えて準備しておく)

子どもを安全な場所に移動させましょう

その場から **動かさない** のがBEST

移動させる方がよいと判断した時は  
**頭を挙げない**ように注意して移動させる



◇移動は無理だと判断した時

- ① まわりの子どもを、他の場所に誘導する
- ② 救急隊を、**その場**に誘導する



◇移動させる方がよいと判断した時

- ① **水平抱き**にして、移動させる
- ② **担架**を使い、移送させる
- ③ おんぶや抱っこでの移動は厳禁です



## 歩かさない 頭をあげない

Q:症状が出た時は、はやく保健室に連れていった方がいいのですか？

動かさないで、その場で手当てをするのが原則です。

Q:移動させるときは、どういうことに注意が必要ですか？

子どもを歩かせたり、頭をあげた姿勢で移動させると、血圧が低下します。  
頭をあげないように気を付けて、「水平抱き」にして移動させます。  
おんぶや抱っこでの移動は、頭をあげる姿勢なので、絶対に禁止です。

体重が重い時には、担架を使い移動させます。

組み立て式の担架では、実際に組み立てる練習もしておきましょう。

校舎によっては階段幅が狭いため、担架で踊り場での方向転換が難しい場合があります。実際に担架を使い、確認しておきましょう。

**保護者に連絡しましょう**

保護者の **携帯につながるか**  
確認しておく

**職場への呼び出し依頼**に  
慣れておく



**① 連絡係を決めておく**

**② 冷静に状況を伝える**  
アナフィラキシーが起きたことを伝える  
救急搬送することを伝える

**③ 次の連絡**がつくように依頼する

**保護者への連絡**

① 保護者の連絡先に電話する

② 先生 「△△さんのおたくですか？」

保護者「はい、△△です」

先生「〇〇小学校ですが、  
△△さんにアナフィラキシーが  
起きています。  
エピペンを使いました。  
今から、病院に搬送します。  
搬送先が決まりましたら、  
連絡しますので、  
電話に出られる状態にして  
おいてください。」

## 保護者とは複数の連絡先を

### Q:保護者に何を伝えればよいのですか？

状況を手短かに伝えます

- ①アナフィラキシーが起きているので、病院に運びます
- ②おかあさんは、次の連絡をお待ちください

確実に連絡が取れるように、複数の連絡先を書いてもらっておきましょう

### Q:保護者に連絡をして、その指示に従えばよいのですね？

子どもの状況が、3つの症状段階のどれにあたるのかを判断します。

それに応じた行動指針が決められていますので、現場の先生が判断して行動します。

保護者とはあらかじめどのような行動をとるのか取り決めておくといよいのですが、実際にどの行動をとるのかは、現場の先生の判断です。

**症状レベルの観察と行動**

即時型食物アレルギー症状

緊急性が高い症状

アナフィラキシー

アナフィラキシーショック

◇アナフィラキシーを少しでも疑えば **動かさない**

◇症状は急激に変化することがあるために、**5分ごと**に注意深く観察する

◇□の症状が1つでも当てはまる場合には、**エピペン**を使用する

観察を開始した時刻( 時 分)	内服した時刻( 時 分)	エピペン®を使用した時刻( 時 分)
<b>動かさない!!</b>		
<b>全身の症状</b> <input type="checkbox"/> くったり <input type="checkbox"/> 意識もうろう <input type="checkbox"/> 尿や便を漏らす <input type="checkbox"/> 顔が熱れにくくまたは不規則 <input type="checkbox"/> 唇や爪が青白い		
<b>呼吸器の症状</b> <input type="checkbox"/> のどや胸が締め付けられる音がする <input type="checkbox"/> 犬が吠えるような咳 <input type="checkbox"/> 息がしにくい <input type="checkbox"/> 持続する強い咳き込み <input type="checkbox"/> せーせーする呼吸	<input type="checkbox"/> 数回の軽い咳	
<b>消化器の症状</b> <input type="checkbox"/> 持続する強い(がまんできない)お腹の痛み <input type="checkbox"/> 繰り返し吐き続ける	<input type="checkbox"/> 中等度のお腹の痛み <input type="checkbox"/> 1～2回のおつ吐 <input type="checkbox"/> 1～2回の下痢	<input type="checkbox"/> 軽いお腹の痛み(がまんできる)吐き気
<b>目・口・鼻・顔面の症状</b> <input type="checkbox"/> 上記の症状が1つでもあてはまる場合	<input type="checkbox"/> 顔全体の腫れ <input type="checkbox"/> まぶたの腫れ	<input type="checkbox"/> 目のかゆみ、充血 <input type="checkbox"/> 口の中の違和感、唇の腫れ <input type="checkbox"/> くしゃみ、鼻水、鼻づまり
<b>皮膚の症状</b> <input type="checkbox"/> 強いかゆみ <input type="checkbox"/> 全身に広がるじんま疹 <input type="checkbox"/> 全身が真っ赤	<input type="checkbox"/> 1つでもあてはまる場合	<input type="checkbox"/> 軽度のかゆみ <input type="checkbox"/> 数個のじんま疹 <input type="checkbox"/> 部分的な赤み
<b>①</b> ただちにエピペン®を使用する <b>②</b> 救急車を要請する(119番通報) <b>③</b> その場で安静を保つ(立たせたり、歩かせたりしない) <b>④</b> その場で救急隊を待つ <b>⑤</b> 可能ななら内服薬を飲ませる <b>⑥</b> 緊急性の判断と対応 9-2参照 <b>ただちに救急車で医療機関へ搬送</b>	<b>①</b> 内服薬を飲ませ、エピペン®を準備する <b>②</b> 速やかに医療機関を受診する(救急車の要請も考慮) <b>③</b> 医療機関に到着するまで、5分ごとに症状の変化を観察し、□の症状が1つでもあてはまる場合、エピペン®を使用する <b>速やかに医療機関を受診</b>	<b>①</b> 内服薬を飲ませる <b>②</b> 少なくとも1時間は5分ごとに症状の変化を観察し、症状の改善がみられない場合は医療機関を受診する <b>安静にし、注意深く経過観察</b>

## きいろ段階は 病院です

Q:どの段階で、病院につれていけばいいのですか？

咳がでたり、むかつきが見られ嘔吐すると、病院に連れていきましょう。  
 学校で観察する段階を超えています。  
 救急車を要請しても、心配しすぎではありません。  
 迷ったときには、より重度の段階の行動をとりましょう。

救急車を依頼して誘導にむかきましょう

◆あわてず、ゆっくり、正確に情報を伝える

**アナフィラキシー** という言葉  
誘導に向かう という言葉 を外さない

- アナフィラキシー は  
急速に進行する全身症状です
- いまは、まだそれほど悪くないけれど
- 数分以内に  
呼吸困難や意識低下が  
おきるかもしれない (近未来予測)

① 救急であることを伝える

119番、火警ですか? 救急ですか?  
救急です。

② 救急車に来てほしい住所を伝える

住所はどこですか?  
○区 (市町村) 番  
○丁目・番地等  
○〒番  
○建物名 (幼稚園、学校名) 等

住所、施設名をあらかじめ記載しておく

③ 「いつ、だれが、どうして、現在どのような状態なのか」をわかる範囲で伝える

エビベン®の処方やエビベン®の使用の有無を伝える

どうしましたか?  
5歳の娘がアレルギーを発症し、呼吸が苦しいと訴えています。

④ 通報している人の氏名と連絡先を伝える

119 番通報後や連絡可能な電話番号を伝える

あなたか名前と連絡先を教えてください  
私の名前は ○× 様です。電話番号は...

※ 向かっている救急隊から、その後の状態確認等のため電話がかかってくることもある  
・通報時に伝えた連絡先の電話は、常につけがらようにしておく  
・その際、救急隊が到着するまでの応急手当の方法などを必要に応じて聞く

⑤ 門まで誘導に行くことを伝えます

## アナフィラキシーという言葉と、迎えに出ることを忘れずに

Q:救急車を要請すれば、すぐに来てもらえるものなのですね?

アナフィラキシーの「きいろの段階」では、じんましん・嘔吐・咳などよく見られる症状なので、自家用車やタクシーで病院に連れていけるのではないかと判断されることがあります。

アナフィラキシーは今ではそれほど悪くなくても、数分以内に呼吸困難や意識低下をおこす可能性がある病気です。

「アナフィラキシーがおきています」の一言が、危機感を伝えます。

救急車を要請する練習もしておきましょう。

Q:迎えに出ることが大事なんですね?

先生方には慣れ親しんだ校内の建物配置ですが、外部の人には分かりません。校門の外まで迎えに出て、子どもの場所まで救急隊を誘導しましょう。

主治医に連絡して相談しましょう

主治医を当てにしましょう

- ① 的確に状況を伝え、判断をあおぐ
- ② 緊急連絡先を確認しておく
- ③ 日頃から連絡を取っておく

いたやどクリニック小児科  
木村 連絡先

090-5055-9689  
078-611-3681



ガラケーのドリーです  
よろしくね!

The illustration shows a male doctor with glasses and a white coat, pointing towards the right. Next to him is a silver flip phone and a green smartphone. A speech bubble above the phones contains the text 'ガラケーのドリーですよろしくね!'.

## 主治医とのホットラインも大切に

Q:判断に迷ったときにはどうすればいいのですか？

子どもの状態が「きいろの段階」か「あかの段階」なのかを迷う時には主治医に相談しましょう。

先生方の行動を、主治医が後押ししてくれるはずです。

### チームで取り組む 食物アナフィラキシー対策



食物アレルギー  
を知ろう

はじめにとる  
行動は

救急車が  
来るまでに

エピペン®を  
使ってみよう

症状が出ない  
取り組みを



### 症状レベルの観察と行動

即時型食物アレルギー症状

重症性が高い症状

アナフィラキシー

アナフィラキシーショック

観察を開始した時刻( 時 分)	内服した時刻( 時 分)	エピペン®を使用した時刻( 時 分)
<b>動かさない!!</b>		
全身の症状	<input type="checkbox"/> くったり <input type="checkbox"/> 意識もうろう <input type="checkbox"/> 尿や便を漏らす <input type="checkbox"/> 顔が熱れにくまたは不規則 <input type="checkbox"/> 唇や爪が青白い	
呼吸器の症状	<input type="checkbox"/> のどや胸が締め付けられる音がする <input type="checkbox"/> 犬が吠えるような咳 <input type="checkbox"/> 息がしにくい <input type="checkbox"/> 持続する強い咳き込み <input type="checkbox"/> せーせーする呼吸	<input type="checkbox"/> 数回の軽い咳
消化器の症状	<input type="checkbox"/> 持続する強い(がまんできない)お腹の痛み <input type="checkbox"/> 繰り返し吐き続ける	<input type="checkbox"/> 中等度のお腹の痛み <input type="checkbox"/> 1～2回のおう吐 <input type="checkbox"/> 1～2回の下痢
目・口・鼻・顔面の症状	<input type="checkbox"/> 顔全体の腫れ <input type="checkbox"/> まぶたの腫れ	<input type="checkbox"/> 軽いお腹の痛み(がまんできる)吐き気 <input type="checkbox"/> 目のかゆみ、充血 <input type="checkbox"/> 口の中の違和感、唇の腫れ <input type="checkbox"/> くしゃみ、鼻水、鼻づまり
皮膚の症状	<input type="checkbox"/> 強いかゆみ <input type="checkbox"/> 全身に広がるじんま疹 <input type="checkbox"/> 全身が真っ赤	<input type="checkbox"/> 軽度のかゆみ <input type="checkbox"/> 数個のじんま疹 <input type="checkbox"/> 部分的な赤み

**上記の症状が1つでもあてはまる場合**

①ただちにエピペン®を使用する

②救急車を要請する(119番通報)

③その場で安静を保つ(立たせたり、歩かせたりしない)

④その場で救急隊を待つ

⑤可能なら内服薬を飲ませる

**緊急性の判断と対応 9-2参照**

**ただちに救急車で医療機関へ搬送**

①内服薬を飲ませ、エピペン®を準備する

②速やかに医療機関を受診する(救急車の要請も考慮)

③医療機関に到着するまで、5分ごとに症状の変化を観察し、の症状が1つでもあてはまる場合、エピペン®を使用する

**速やかに医療機関を受診**

①内服薬を飲ませる

②少なくとも1時間は5分ごとに症状の変化を観察し、症状の改善がみられない場合は医療機関を受診する

**安静にし、注意深く経過観察**

◇アナフィラキシーを少しでも疑えば **動かさない**

◇症状は急激に変化することがあるために、**5分ごとに注意深く観察する**

◇の症状が1つでも当てはまる場合には、**エピペン®**を使用する

あかの段階は エピペン®です

Q:どの段階で、エピペン®を使うのですか？

繰り返す嘔吐  
 息苦しき  
 顔色の悪さ グッタリ感

上記の症状が一つでも見られれば、エピペン®を使いましょう。

エピペン®はここに効くよ

- 呼吸器：喘鳴、呼吸困難
- 心血管：血圧低下
- 消化器：激しい腹痛





注射投与時の薬理学的作用	$\alpha_1$ アドレナリン受容体 血管収縮作用の強化および血管抵抗の増加(多くの器管系において) 血圧上昇 気道の粘膜浮腫の抑制 $\beta_1$ アドレナリン受容体 心収縮力増大 心拍数増加 $\beta_2$ アドレナリン受容体 メディエーターの放出低下 気管支拡張の促進
臨床的意義	血圧上昇による低血圧およびショックの防止と緩和 上気道閉塞の軽減 荨麻疹および血管浮腫の軽減 下気道閉塞(あるいは狭窄)の軽減

(アナフィラキシーガイドライン 日本アレルギー学会)

## 迷ったときは、エピペンを使うときです

### Q:エピペンは何に効くのですか？

呼吸困難、血圧低下、強い腹痛に効果があり、早ければ数十秒で効果が現れます

### Q:エピペンには副作用はないのですか？

エピペンは血圧をあげる効果があるのですが、血圧が上がり過ぎ高血圧をおこす心配はほとんどありません。

迷ったときには副作用を心配しないで、エピペンを使いましょう。

## エピペン使用手技のポイント



**呼吸器**  
気管のゆがみ、腫瘍病、炎症病、  
肺炎、痰が止まらない、急性気管  
支炎、呼吸困難、肺動脈硬化、  
肺腫、鼻汁、鼻閉

**皮膚・粘膜**  
発疹、じんましん、口唇の発赤腫脹、  
歯肉部の発赤・浮腫、  
急性結膜炎の充血・浮腫

**消化器**  
嘔吐、嘔吐、腹痛、  
下痢

**心血管**  
血圧低下、失神、  
不整脈

**エピペンはここに効く！**

● 呼吸器：肺病、呼吸器腫 ● 心血管：血圧低下

いたやどクリニック小児科  
木村 連絡先

090-5055-9689  
078-611-3681

**① 持ち方**  
自分に注射しない  
オレンジ色のカバーの方向に注意  
**親指を立てない**

**② 注射する部位**：注射針は約15mm飛び出る  
**大腿外側面**：筋肉量が多いところ  
神経・大血管がないところ  
障害となる物がないことを確認

**③ 押しつけて注射する**  
振り下ろさない  
滑ってしまうことを避ける  
オレンジ色の先端を軽くあてがう  
少し強く押しつける

**④ エピペンの押し付け時間**：0.8秒で完了  
**2～5秒を目安**に  
長く押しつけると、痛くて動いてしまう

トレーナーと本物とを  
間違っていないかどうか確認

使う時のポイント

- 息苦しい
- しんどい・ぐったり
- とてもおなかが痛い

## エピペンの使い方に慣れておきましょう

Q: いざという時には、エピペンは使えるものなのですね？

大丈夫です。苦しんでいる子どもを前にすると、体が自然に動きます。  
子どもの体に安全に注射液が入るように  
自分の体に注射しないように、トレーナーを使って練習しておきましょう



①担任の先生

子どものこころを支える役割  
給食を食べる時の最後の助言者  
変化が見られた時の第一発見者  
保健室につれていく介助者  
教室内の安全面での点検

②栄養の先生

献立情報を、早く保護者の手元に  
食材を見る上での助言者  
できれば、除去食の提供を

③養護の先生

運ばれた子どもの観察  
とりあえずの手当  
救急搬送の準備  
エピペン®の使用  
主治医や学校医との連携  
救急マニュアルの作成

④管理職の先生

救急隊への申し入れ  
エピペン®の使用  
全職員への周知徹底  
食物アレルギー安全対策委員会の  
開催と申し送り

⑤クラスの友だち

先生との連絡係



## Take Home Message

- ① 子どもの訴えから、**食物アナフィラキシーを疑う** ことがはじまりです
- ② 食物アナフィラキシーを疑えば  
**動かさず・横にして・ひとを集め** ましょう
- ③ **息苦しさ・耐えられない腹痛・元気のなさ** をみとめれば  
**エピペン** を使います  
救急搬送も必要です
- ④ 食物アナフィラキシーは、**学校で初発** することも、めずらしくありません
- ⑤ 学校内で分担を決めて、**チームで** 子どもの危機を乗り越えましょう