

エピペンを使うタイミング

下記の症状が1つでもあらわれたら、できるだけ早くエピペンを注射するとともに、救急車を呼びましょう

全身の症状

- 唇や爪が青白い
- 脈を触れにくい・不規則
- 意識がもうろうとしている
- 尿や便を漏らす
- ぐったりしている



呼吸器の症状

- のどや胸が締め付けられる
- 声がかすれる
- 犬が吠えるような咳
- 持続する強い咳込み
- ゼーゼーする呼吸
- 息がしにくい



消化器の症状

- 繰り返し吐き続ける
- 持続する強いおなかの痛み



エピペンの使い方

- ① ケースから出し安全キャップを外す
オレンジを下にグーで握る



- ② 太ももの外側に押し当てる
カチッと音がするまで強く



カチッと音がするまで強く

- ③ オレンジの所が伸びているか確認

使用前



使用后



伸びてなかったら、②に戻る

- ④ 打った所を10秒マッサージ



エピペンを使ったあと

ぐったり、
意識もうろうの時



- あおむけにする
- 足を高くする

吐き気、おう吐のある時



- からだと顔を横に
向ける

いきが苦しく、
仰向けになれない時



- 上半身を少し起こ
し寄りかからせる

- その場を離れず、意識・呼吸・脈の確認をする

- エピペンが2本ある時は、エピペンを使って**10～15分**で改善しなかったら、
2本目を使用する

- エピペンの効果持続時間は**約20分**なので、エピペンの使用後は
必ず救急車を呼ぶ

出典:ERCA(エルカ)「喘息予防のために食物アレルギーを知ろう」
(https://www.erca.go.jp/yobou/pamphlet/form/00/archives_31421.html)

救急要請(119番)のポイント

救急ですか?火事ですか?

救急です。

住所はどこですか?

住所は_____ ○○学校です

どうしましたか?

○歳の子どもです。食物アレルギーがあり、
食後に苦しそうにしています。
(エピペンを使いました。)

使っていたら伝える⇒

名前と電話番号を教えてください。

通報後も連絡が取れるように⇒ 名前は_____ 電話番号は_____です。