

Shiki+



しきファミリークリニックだより ～しきっと日和～

Vol.16

その症状、待って大丈夫？

救急車を呼ぶべきサインと受診の目安

急な胸の痛み、息苦しさ、高熱、転倒によるけが・・・

「救急車を呼んだほうがいい?」「夜間でも受診するべき?」「朝まで待っても大丈夫?」

突然の体調不良を前にすると、落ち着いて判断するのは難しいものです。

大切なのは、病名を予想することではなく、**意識・呼吸・症状の強さ・突然の変化**を確認すること。

今月号では、救急車を呼ぶべきサインと、受診に迷ったときの考え方ををご紹介します。



! こんなときは迷わず119番!



意識がおかしい・けいれん

- ✓ 呼びかけても反応がない
- ✓ 受け答えがいつもと違う
- ✓ 突然倒れた
- ✓ けいれんが続く、繰り返している

反応がなく、普段どおりの呼吸をしていない場合は、
119番通報とともに、可能であれば胸骨圧迫やAEDを開始します。



脳卒中を疑う症状

- ✓ 笑うと顔の片側がゆがむ
- ✓ 片方の手足に力が入らない
- ✓ ろれつが回らない、言葉が出ない
- ✓ 突然、経験したことのない激しい頭痛が起こった

脳卒中は治療開始までの時間が重要です。症状が一度軽くなっても、
すぐに医療機関での評価が必要です。



突然の胸痛・背中中の痛み

- ✓ 胸を締め付けられる、押されるように痛む
- ✓ 冷や汗、吐き気、息苦しさを伴う
- ✓ 突然、胸や背中に激痛が起こった
- ✓ 痛む場所が移動する

心筋梗塞や大動脈の病気など、一刻を争う病気の可能性があります。
自分で運転せず、救急車を要請しましょう。



大きな事故・止まらない出血

- ✓ 交通事故や高い場所からの転落
- ✓ 頭を強く打った後、意識がおかしい
- ✓ 圧迫しても出血が止まらない
- ✓ 広範囲のやけど手足が明らかに変形している

安全を確保し、むやみに動かさず、119番の指示に従いましょう。



呼吸が苦しそう

- ✓ 急に息ができなくなった
- ✓ 会話が續かないほど苦しい
- ✓ 肩や胸を大きく動かして息をしている
- ✓ 唇や顔色が紫色、または明らかに悪い
- ✓ 食べ物などをのどに詰まらせた

呼吸の異常は、短時間で急激に悪化することがあります。

! 救急車を呼ぶほどではなくても早めに相談・受診を

次のような場合は、夜間や休日でも当日中の受診を検討します。



- ✓ 症状が時間とともに悪化している
- ✓ 強い痛みや嘔吐が続いている
- ✓ 水分が取れず、尿が極端に少ない
- ✓ 高熱に加えて、ぐったりしている
- ✓ 転倒後に頭痛や吐き気が続く
- ✓ 持病があり、普段とは明らかに違う症状がある

高齢者や乳幼児、妊娠中の方、心臓・肺などに持病がある方は、
症状が典型的でないこともあります。迷ったときは早めに相談しましょう。

! 状態を見ながら通常診療へ

次のような状態であれば、
診療時間内にかかりつけ医へ相談できる場合があります。



- ✓ 会話や歩行が普段どおりできる
- ✓ 呼吸が落ち着いている
- ✓ 少しずつ水分を取れている
- ✓ 痛みや症状が軽く、悪化していない
- ✓ 顔色や反応が普段と大きく変わらない

ただし、これはあくまで一般的な目安です。

途中で症状が強くなった場合は、受診を待たずに相談してください。



子どもは「熱の高さ」より「全身の様子」

子どもでは、体温の数字だけで緊急性を判断できません。

- ☑ 顔色が悪く、ぐったりしている
- ☑ 長時間、尿が出ていない
- ☑ 呼びかけへの反応が弱い
- ☑ けいれんが5分以上続いている
- ☑ 呼吸が苦しそう
- ☑ 乳児があやしても反応に乏しい
- ☑ 水分がほとんど取れない

「いつもの風邪と違う」「何となく様子がおかしい」という家族の感覚も、大切なサインです。

ぐったり

水分が取れない



受診できる医療機関を探すとき

愛知県救急医療情報センター ☎0564-21-1133

岡崎地域で現在受診できる医療機関を、365日・24時間案内しています。
意識や呼吸がおかしい、激しい胸痛があるなど、明らかな緊急症状の場合は、
電話相談を待たず119番へ連絡してください。

119番で伝えること

- ✓「救急です」とはっきり伝える
- ✓救急車に来てほしい住所・目印
- ✓誰が、いつから、どのような状態か
- ✓年齢、持病、服用中の薬
- ✓通報者の名前と電話番号



- マイナ保険証
- お薬手帳
- 普段の薬
- 緊急連絡先を
ひとまとめにしておく
と安心です。

夜間・休日に迷ったときは

子どもの症状は「#8000」

愛知県の小児救急電話相談では、看護師などが症状を聞き取り、
家庭での対応や受診の必要性を助言します。

電話：#8000(つながらない場合：052-962-9900)

受付時間 平日：午後7時～翌朝8時
土・日・祝日・年末年始：午前8時～翌朝8時

院長ショートコラム

「呼んではいけない」ではなく、 必要なときは迷わず

「救急車を呼んだら迷惑では？」と心配される方もいます。もちろん、症状が軽い場合は、かかりつけ医や通常の診療時間内での受診が適切です。しかし、意識障害、呼吸困難、脳卒中を疑う症状、突然の激しい胸痛などは、一刻を争います。大切なのは救急車を我慢することではなく、**緊急性の高いサインを知り、必要なときに迷わず行動することです。**日頃から家族で、緊急連絡先や受診先、お薬手帳の保管場所を確認しておきましょう。



新商品取扱い開始しました

美白に特化した NAVISION DR『ナビジンドクター』



①TAホワイトシリーズ

トラネキサム酸と4MSKの2種類の美白有効成分、
新たに開発された保湿成分ステムランDG
NAVISION DR独自の成分設計を実現した
美白とアンチエイジングに特化したシリーズです。

トラネキサム酸

炎症性の物質(プロスタグランジン)の産生を抑制することでメラニン産性を抑える。

4MSK

メラニンを作る酵素(チロシナーゼ)の働きを抑制することでメラニンの産生を抑える、厚生労働省認可の美白成分です。

ステムランDG

表皮の土台となる基底膜の産生促進&分解抑制を行う。肌のメカニズムに着目し、資生堂が独自に開発した独自の保湿成分です。

どんなブランド?!

NAVISION DRとは、資生堂の
長年にわたる美容皮膚研究から誕生した、
クリニック専売スキンプランドです。



防腐剤フリー

無香料

ノンcomedogenic処方

アルコールフリー

防腐剤フリー

無香料・無着色

②TAバリアシリーズ

敏感肌・美白ケア、どちらも叶えたい方に
バリア機能が低下して荒れがちな
肌ケアをしたい方に向けて。

こんな方におすすめ

- ✓20代からの美白ケアに
- ✓肌が敏感に傾いている時
- ✓肌が荒れやすい・とにかく敏感肌の方に
- ✓みずみずしく潤うやわらかい肌を目指して



こんな方におすすめ

- ✓シミや肝斑、くすみに悩んでいる
- ✓美白ケアに加えて肌にハリと弾力がほしい



資生堂が作ったドクターズコスメで夏ダメージのお肌をいたわりませんか？
ご希望の方には、サンプルを差し上げております。ぜひ一度お試しください。

※詳しくは、当院の美容アカウントInstagramにて、ご紹介しておりますのでご覧ください※

次号予告 (10月号)

その咳、いつまで様子を見ていい? — 長引く咳の原因と受診の目安 —

風邪は治ったはずなのに、咳だけが続く……。

長引く咳に隠れている原因や、早めに受診したいサインを分かりやすく解説します。



しきファミリークリニック

Shiki family clinic



〒444-0833 愛知県岡崎市柱曙 1-10-15

お問い合わせ 0564-58-1361

ご予約 050-5527-4038

WEB 予約



LINE 予約



公式 SNS も更新中 /



Instagram

