

# エピペン®の使い方

それぞれの動作を  
声に出し、  
確認しながら行う!



## ① ケースから取り出す

ケースのカバーキャップを開けエピペン®を取り出す

🔔 トレーナーではなく、  
本物であることを確認



## ② しっかり握る

オレンジ色のニードルカバーを下に向け、利き手で持つ  
“グー”で握る!



## ③ 安全キャップを外す

青い安全キャップを外す



## ④ 太ももに注射する

太ももの外側に、エピペン®の先端(オレンジ色の部分)を軽くあて、“カチッ”と音がするまで強く押しあて  
そのまま5つ数える

注射した後すぐに抜かない!  
押しつけたまま5つ数える!

🔔 投与部分に重なる  
ポケットの中を確認

🔔 投与前に必ず子ども  
に声をかける

🔔 軽く押しあてた状態  
から、押しつける



## ⑤ 確認する

エピペン®を太ももから離しオレンジ色のニードル  
カバーが伸びているか確認する  
伸びていない場合は「④に戻る」

使用前 使用後



## ⑥ マッサージする

打った部位を10秒間、マッサージする

※薬が速やかに吸収され、速く効果が現れるようにするため。

## 介助者がいる場合

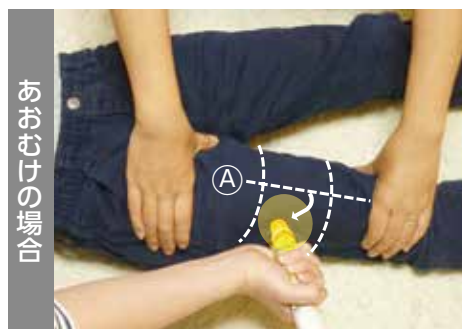


● 介助者は、子供の太ももの付け根と膝を  
しっかり押さえ、動かないように固定する

※ここを押さえることで、動かないようにしっかり固定できるだけでなく、押さえている手を、打つ場所の目印にできる。

## 注射する部位

- 衣類の上から、打つことができる
- 太ももの外側の筋肉に注射する  
(真ん中(A)よりも外側で、かつ太ももの付け根と膝の間の部分)



あおむけの場合



座位の場合

## 「食物アレルギー冊子制作委員会」

委員長：宇理須 厚雄(藤田医科大学医学部客員教授/うりすクリニック名誉院長・尾張東部アレルギー研究所所長)

委員：飯野(赤澤) 晃(なすのがはらクリニック理事長)

伊藤 浩明(あいち小児保健医療総合センター センター長/免疫・アレルギーセンター長)

伊藤 節子(同志社女子大学名誉教授/大和学園地域健康栄養支援センター センター長)

今井 孝成(昭和大学医学部小児科学講座教授)

近藤 康人(藤田医科大学ばんだね病院小児科教授/総合アレルギーセンター研究部門長)

坂本 龍雄(日進おりど病院 小児科部長)

高松 伸枝(別府大学食物栄養科学部教授)

柘植 郁哉(八千代病院小児アレルギーセンター長/藤田医科大学小児科客員教授)

長谷川実穂(昭和大学医学部小児科学講座管理栄養士)

\*所属は第3版発行当時のものです。

発行：独立行政法人 環境再生保全機構 予防事業部 事業課

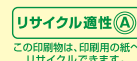
〒212-8554 神奈川県川崎市幸区大宮町1310 ミューザ川崎セントラルタワー8F

TEL: 044-520-9568 <https://www.erca.go.jp/yobou/> (大気環境・ぜん息などの情報館)

平成26年6月 第1版第1刷 発行 令和4年1月 第3版第1刷 発行

平成28年10月 第2版第1刷 発行

※この冊子は、ホームページ「大気環境・ぜん息などの情報館」(<https://www.erca.go.jp/yobou/>)「パンフレットのお申し込み」よりダウンロードすることができます。



この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

