

「すこやかライフ」で取り上げる用語を解説します。今回は、本誌「ERCAレポート(P.20)」に関連した用語を取り上げます。本誌内容と合わせて病気への理解にご活用ください。

## ●食物アレルギーの「緊急性の高いアレルギー症状」

日本小児アレルギー学会は、エピペン®を処方されている患者さんに、以下の★印欄にある「緊急性の高いアレルギー症状」13項目のうち、ひとつでも当てはまる場合はエピペン®を使用することを推奨しています。

以下に「緊急性の高いアレルギー症状」への対応の手順を示します。

日頃からの準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 内服薬やエピペン®はすぐに取り出せる場所に保管する（残量や使用期限を定期的に確認する）</li> <li>■ 外出するときは必ず内服薬やエピペン®を携帯する</li> <li>■ 受診するタイミングとどこの医療機関に受診するかを主治医とあらかじめ決めておく</li> </ul>
---------	--

何らかのアレルギー症状がある (食物の関与が疑われる)	原因食物を食べた (可能性を含む)	原因食物に触れた (可能性を含む)	呼びかけに対して反応がなく、呼吸がなければ心肺蘇生を行う
--------------------------------	----------------------	----------------------	------------------------------

★ 緊急性の高いアレルギー症状はあるか？ 5分以内に判断する	<b>全身の症状</b> <input type="checkbox"/> ぐったり <input type="checkbox"/> 意識もうろう <input type="checkbox"/> 尿や便を漏らす <input type="checkbox"/> 脈が触れにくい 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"/> のどや胸がしめ付けられる <input type="checkbox"/> 声がかすれる <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"/> ゼーゼーする呼吸	<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
--------------------------------------	--	--	--

### 1つでも当てはまる場合

### ない場合

<b>緊急性の高いアレルギー症状への対応</b> 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その場で安静にする ④その場で救急隊を待つ ⑤可能なら内服薬を飲ませる  反応がなく呼吸がない ↓ <b>心肺蘇生を行う</b>	①内服薬を飲ませる ( ) ( ) ↓ ②安静にできる場所へ移動する ↓ ③少なくとも5分ごとに症状を観察する <b>「症状チェックシート」裏面へ</b> に従い判断し対応する  <b>緊急性の高い症状の出現には特に注意する</b>
---	--

※エピペン®が2本以上ある場合（呼びかけに対する反応がある）  
 エピペン®を使用し10～15分後に症状の改善がみられない場合、次のエピペン®を使用する

環境再生保全機構発行「食物アレルギー対応ガイドブック2014」の巻末に「携帯版 食物アレルギー緊急時対応マニュアル」がついています。これを切り取りエピペン®と一緒に携帯し、いざというときにお役立てください。また、必要事項を記入しておけば、救急要請の際、間違えることなく伝えることができます。

# 食物アレルギーの「症状チェックシート」

- ◆迷ったらエピペン®を使用する
- ◆症状は急激に変化する可能性がある
- ◆少なくとも5分ごとに症状を注意深く観察する
- ◆の症状が1つでも当てはまる場合、エピペン®を使用する

(内服薬を飲んだ後にエピペン®を使用しても問題ない)

## 全身の症状

- ぐったり
- 意識もうろう
- 尿や便を漏らす
- 脈が触れにくいまたは不規則
- 唇や爪が青白い

## 呼吸器の症状

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

- 数回の軽い咳

## 消化器の症状

- 連続する強い(がまんできない)お腹の痛み
- 繰り返して吐き続ける

- 中等度のお腹の痛み
- 1~2回の嘔吐
- 1~2回の下痢

- 軽い(がまんできる)お腹の痛み
- 吐き気

## 目・口・鼻・顔の症状

- 顔全体の腫れ
- まぶたの腫れ

- 目のかゆみ、充血
- 口の中での違和感、唇の腫れ
- くしゃみ、鼻水、鼻づまり

## 皮膚の症状

上記の症状が  
1つでも当てはまる場合

- 強いかゆみ
- 全身に広がるじんま疹
- 全身が真っ赤

- 軽度のかゆみ
- 数個のじんま疹
- 部分的な赤み

1つでも当てはまる場合

1つでも当てはまる場合

- ①ただちにエピペン®を使用
- ②救急車を要請(119番)
- ③その場で安静を保つ
- ④その場で救急隊を待つ
- ⑤可能なら内服薬を飲ませる  
( )

**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  
( )
- ②速やかに医療機関を受診  
救急車の要請も考慮  
( )
- ③医療機関に到着するまで少なくとも5分ごとに症状の変化を観察。の症状が1つでも当てはまる場合、エピペン®を使用

**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  
( )

**安静にし  
注意深く経過観察**