

アナフィラキシーアクションプラン

氏名	<input type="text"/>	家族の連絡先 (複数記載)	<input type="text"/>
除去食品	<input type="text"/>		

誤食(誤飲)が疑われて、症状が出現した

近くにいる大人を大声で呼んであつめる、こどもを決して一人だけにしない

以下の枠内の症状が **ひとつでも** あれば、エピペンを使用

部分的なじんましん・赤み・かゆみ 唇やまぶたのはれ	皮膚	全身的なじんましん・赤み・かゆみ 顔全体のはれ
口やのどのかゆみ・違和感 鼻水・くしゃみ 弱く連続しない咳	呼吸器	のどや胸のしめつけ感 息苦しい、ゼーゼーする、声がれ 強く連続する咳
はき気、1回のおう吐・下痢 軽い腹痛	消化器	2回以上のおう吐・下痢 強い腹痛
やや元気がない	全身	顔色が悪い、ぐったりする 意識を失う、失禁する

部分的なじんましん・赤み・かゆみ 唇やまぶたのはれ	皮膚
口やのどのかゆみ・違和感 鼻水・くしゃみ 弱く連続しない咳	呼吸器
はき気、1回のおう吐・下痢 軽い腹痛	消化器
やや元気がない	全身

迷った時にはエピペンを使いましょう！

症状の改善がなければ
もう一度、症状を確認
の症状が**ひとつでも**
あればエピペンを使用
する

- ・手持ちの薬を使用する
飲み薬: 
- ・吸入薬:
- ・エピペンを準備する

・119番 “アナフィラキシーです！”
・エピペンを使用!!
※園・学校の先生も使用してください！

・足を高くして寝かせる
・救急隊を待つ間に飲み薬や吸入薬も使用する



症状が改善したら経過観察

エピペン使用後はすぐ医療機関を受診

このアクションプランは「食物アレルギー診療ガイドライン 2012」、「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」をもとに一部改変して作成しています

エピペン打ち方マニュアル・3STEPS

安全キャップ→



←ニードルカバー

STEP1 安全キャップを外す 

STEP2 エピペンを持つ(握り方に注意!)

○



×



* 上下の確認!

* 握るように持つ!

STEP3 太ももの外側に垂直に当て強く押す



- * 強く押すと、「ドスッ」と衝撃があります
(それにびっくりしてエピペンを抜かないで下さい)
- * カチッと衝撃があったら、**数秒間**、太ももに押し当てたままにします

い〜ち、に〜い、さ〜ん



- * 緊急の場合は服の上からでも注射出来ます
- * 動いて危ないときは、右下の写真のように、向かい合って抱きかかえて注射すると良いでしょう



- * 抜いた後、ニードルカバーが伸びていることを確認し完了
(左の写真のようになれば完了)



エピペン使用後は、
速やかに医療機関を受診して下さい

(補足) エピペンの副作用として、ふるえ、発汗、蒼白、顔面紅潮、血圧上昇などがありますが、アナフィラキシーが疑われる状況下では、ためらわず、積極的にエピペンを使用しましょう

アナフィラキシーは生死に関わる病態です

