

もしもの時に対応できるようになろう

お友達にアレルギー反応が起きたら ...

- ・ 声をかける どうしたの？
大丈夫？
- ・ すぐに先生に伝える
 - ・ お友達の症状（しょうじょう）を先生に伝える
 - ・ 先生の処置の妨げにならないよう、騒がずに落ち着いて様子を見守る



！ アナフィラキシーの場合、先生は救急車を呼び、エピペン®を持っている人には打ちます

食物アレルギーの無い人も

自分にアレルギー反応が起きたら ...

- ・ 食後に現れる体調不良は、食物アレルギー反応を疑おう
- ・ 少し体調の変化を感じた時に我慢しないで先生に伝える
 - ・ 顔や喉がかゆい、息がしにくい



アレルギーの人は「学校生活管理指導表（アレルギー疾患用）」で管理されています

病院で定期検診を行い、主治医から指導を受けています。食事や食品表示に原因物質が入っていないか、理科の授業、調理実習、給食、校外学習、宿泊学習、外食などの時にも確認しています。



自分の身体について知ろう

アレルギーかも？と思ったら、家族や先生に相談して、専門医を受診しよう。



食物アレルギーを持つ人に対する理解とサポートを

昨日まで問題なくても、今日アレルギー反応が起きるかも…。もしもの時に対応できるように、声をかけ合い、助け合いましょう。

制作



Funabashi School Health
and
School Pharmacist Consortium



「ふなばし学校保健&学校薬剤師研究会」

URL : <https://www.lab2.toho-u.ac.jp/phar/doutai/F-SHP/>

イラスト・デザイン：大藤・P・ヒロミ

- 学校現場の要望を調査し、学校薬剤師が生徒および学校教職員の学校保健に役立つ、プレゼンテーション資料と教材の作成をしています。学校薬剤師の教育方法を研究・開発し、学校保健に還元します。
- このリーフレットは JSPS 科研費 JP22K03010 の助成を受けて作成しました。

学校薬剤師からのワンポイントアドバイス



知ろう!食物アレルギーとエピペン®のこと



動画はコチラから : <https://youtu.be/tF8Vw4JtYUM>

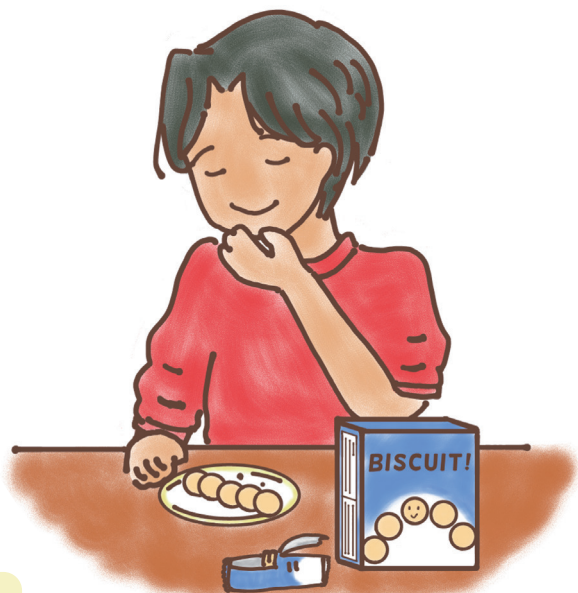
食物アレルギーのある小・中・高校生は 6.3%¹⁾

クラスに
約2名

自分の身体を知り、もしもの時に対応できるよう

食物アレルギーとエピペン のことを知っておきましょう。

1) 公益財団法人日本学校保健会 令和4年度アレルギー疾患に関する調査報告書



氏名

原因食物には何があるの？

どのように表示されているの？

パッケージのうら面を見てください



原材料名の
ところが
大切です。



学校薬剤師

名称	スナック菓子
原材料名	じゃがいも（遺伝子組換えでない）、〇〇、□□、たんぱく加水分解物（小麦を含む）、△△、粉末しょうゆ（大豆を含む）、植物油脂（落花生を含む）、魚介エキスパウダー（かに・えびを含む）、カゼイン Na（乳由来）…
本品は卵を含む商品と共通の設備で製造しています	

● 特定原材料等は8品目 表示義務あり

えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生（ピーナッツ）



● 任意表示は20品目 表示推奨

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン



これ以外のアレルギー物質もあります！

食物アレルギーはどんな症状？

食物アレルギーは、体が食べ物を敵だと思って攻撃して

起こった過剰な防御反応です。

これを免疫反応といいます。



アレルギー反応は様々



口の周りや顔が赤くなる、かゆくなる



からだに発疹が出る、むくみ



息がしにくい、咳き込む、呼吸がおかしい



腹痛、下痢、嘔吐

アレルギーの反応がすごく強くなって、体が大変な状態になると…

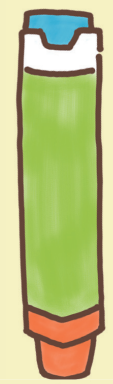
アレルギーの全身重症反応を

「アナフィラキシー」といい、命の危険がある。

処置としてエピペン®がある。



エピペン®とは



体重
15kg 以上
30kg 未満



体重
30kg 以上

自己注射用のアドレナリン注射剤

- ・ エピペン®は医師が処方します
- ・ 体重 15kg 以上 30kg 未満の人は、緑色 (0.15mg) を使用
- ・ 体重が 30kg 以上の人は、大人と同じ黄色 (0.3mg) を使用

アナフィラキシー補助治療剤

- ・ アドレナリンは、もともと体内にある物質（ホルモン）
- ・ 心臓の働きを強くする作用
- ・ 効果は 5 分以内に認められ、約 15 分間有効

通学用カバンに入れて自己管理している場合が多い

- ・ 使用期限は約 1 年（有効期限を確認しましょう）
- ・ 医師に処方された本人にしか使えません

本人が打てない時、先生方は迷わず打ってください。



学校薬剤師

エピペン®の使い方

自分で、または、教職員が投与（注射）します※

※本人がエピペン®を注射できない場合、人命救助の観点から緊急やむを得ない教職員のエピペン®の使用は医師法違反にはあらず、その責任は問われません。

大人の方へ エピペン®を打ったあとは…

- ❗ 太ももの前外側に、躊躇せず注射し、救急搬送します
- ❗ エピペン®は補助治療剤なので、医師の治療を受けます
- ❗ 使用後のエピペン®は医療機関に渡します

① 準備



青色の安全キャップを外します

③ 確認



オレンジ色の部分が伸びた状態を確認します

② 注射



レンジ色の針カバーの先端を、「カチッ」と音がするまで強くおしつけたまま5秒間待ちます

④ 片付け



携帯用ケースに戻します