

2025 年 5 月 9 日

報道関係者 各位

(県政記者クラブ、横浜市記者クラブ同時発出)

ハチの刺傷などによる「アナフィラキシーショック」に注意！

赤十字が教える手当の仕方

暖かな春の行楽シーズンを迎え、外出を楽しむ方も多いのではないのでしょうか。ここで気をつけたいことは、外出先でハチに刺されたことでおこる「アナフィラキシーショック」。これにより、全身に蕁麻疹ができたり、呼吸困難や血圧低下が生じる場合があります。また、ハチの刺傷に限らず、ピーナッツやエビ、カニなどを食べたことによって同様の症状が起こることも。

万が一「アナフィラキシーショック」になったら…。赤十字がその手当の仕方をご紹介します。

「アナフィラキシーショック」って何？

特定の物質に対する重篤なアレルギー反応を“アナフィラキシー”といいます。アナフィラキシーにより気道が狭くなって息ができなくなったり、血圧がひどく下がったりして生命にかかわることもあります。このような状態を「**アナフィラキシーショック**」といいます。



■原因

ハチなどの昆虫による刺傷のほか、医薬品、食品など。

食品では、鶏卵、乳製品、小麦、そば、ピーナッツなどが多く、エビやカニなどの甲殻類、キウイなどのフルーツでも生じます。

原因となる食物の摂取のあとに運動などを行うことで、アナフィラキシーを生じる場合があります。



■症状

皮膚・呼吸・循環・神経・胃腸の症状など、人によってさまざまです。

なかでも、皮膚の紅潮、かゆみ、蕁麻疹、鼻水、喉のかゆみなどが多くみられます。

5～30 分で呼吸困難や血圧低下が生じ、
心停止に陥る場合も！！

重度になると…



■手当の仕方

- ゆっくりと横に寝かせ、あおむけにします。
- 「急」のつく動きは厳禁。ゆっくり動くよう促します。
- 医師からエピペン*の処方を受けているか確認します。
- 蕁麻疹が広がっている、犬が吠えるような咳をするなどの強い症状のときは 119 番通報を！
- 💡 エピペンの使用の有無を伝えることも忘れずに。
- エピペンを使用しようとする場合は、エピペンを持ってきたり、ケースから取り出すお手伝いをします。
- 💡 使用した場合は、ケースに戻します。医療機関に持参すること、使用した時刻を記録しましょう！



*「エピペン(アドレナリン自己注射)」

アナフィラキシーの症状が出た時に使用し、
症状が悪くなるのを抑えるための補助治療剤。
使用は原則として、本人もしくは保護者が行う。



■「いのちを守る」赤十字の講習会 県内各地で開催中！

日本赤十字社神奈川県支部（以下、当支部）では、県内各地で一次救命処置の手順（心肺蘇生・AED の使い方）やけがの手当、病気や水の事故防止等に関する正しい知識・技術をお伝えする各種講習会を開催しています。一度講習を受けた方でも、いざ目の前で人が倒れた時、助けに行くのをためらってしまうことがあります。すぐに手当ができるよう、繰り返し学ぶことが大切です。

そのため、当支部では講習会への参加とともに、継続的な受講をお願いしています。



救急法



水上安全法



健康生活支援講習



幼児安全法

ぜひご取材ください。

ご希望に応じ、報道関係者の皆さま向けの一次救命処置体験（心肺蘇生・AED）も随時、受け付けています。

【問い合わせ先・取材申込み先】

日本赤十字社神奈川県支部 総務企画課 企画広報係

TEL: 045-681-2124 Email: kanagawa-kikaku@kanagawa.jrc.or.jp