

みんなで救急医療を守ろう!

皆さんへ 3つのお願い

夜間や休日に「日中より空いている」「仕事を休まないですむ」などの理由で救急医療機関を受診すると、救急外来が混み合い、本当に治療が必要な患者さんへの対応が遅れてしまう恐れがあります。

そこで、**誰もがいつでも安心して救急医療を受けられる**よう皆さんには、次の3つを普段から心がけていただくことをお願いします。

- 「かかりつけ医」とは、日常的な病気の治療をするばかりではなく、病気の予防や、健康に不安を感じたときに気軽に相談できる身近な診療所などの医師や薬剤師のことです。
- 専門的な治療が必要なときには、適切な病院を紹介してもらうことも出来ます。
- 体の不調を感じたときは、早めに相談し適切なアドバイスを受けましょう。

2

- 重症な患者さんの診療の妨げとならないよう、コンビニ受診（緊急性がないのに休日や夜間の時間帯に、救急外来を受診すること）をさげましょう。
- 救急医療は緊急事態に備えるためのもので、少人数の診療体制となっており、専門的な診療が受けられないことが多くあります。
- より充実した診療を受けるには昼間の診療時間に受診することが一番です。

- 緊急性がない救急車の利用が多くなると、本当に救急車が必要な人へ速やかに救急車を出動させることができなくなります。救急車は適正に利用しましょう。
- 緊急性があり本当に必要なときには、119番通報して救急車を呼んでください。症状に応じた利用を心がけましょう。

こんなときにはすぐに119番！！

- ・意識がないとき
- ・けいれんが止まらないとき
- ・息づかいがあらく呼吸が困難になっているとき
- ・激痛（頭痛・胸痛・腹痛）があるとき
- ・出血が激しく止まらないとき



救急車がくるまでに準備しておく便利なもの（総務省消防庁救急車利用リーフレットより）

- 保険証や診察券
- お金
- 靴
- 普段飲んでいる薬（お薬手帳）
- 乳幼児の場合はさらに
- 母子健康手帳
- 紙おむつ
- 哺乳瓶
- タオル