

緊急度の類型

赤＝救急車要請

緊急度が高いと思われます。

『今すぐ救急車で』病院に行かれた方がいいと思われます。

119番通報して救急車を要請してください。

橙＝今すぐに受診

1時間以内に病院に行かれた方がいいと思われます。

ガイドが示した診療科を参考にしてください。

黄＝これから受診

6～8時間以内に病院に行かれた方がいいと思われます。

ガイドが示した診療科を参考にしてください。

緑＝明日には（週末なら明後日も含む）受診

24時間以内に病院に行かれた方がいいと思われます。

ガイドが示した診療科を参考にしてください。

すべての項目に該当しない場合でも、継続的に容態をチェックし、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、他の症状が出現した場合には、医療機関の受診を考慮してください。

救急受診ガイド使用方法

- ①まず、**症状にかかわらず**、**⑦** ページの質問からはじめてください。
- ②各症状のページの使い方：質問に答えながら、ひとつでも該当する項目があれば **はい** → へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

③〈例〉呼吸が苦しい

赤

- ☒ 急に息苦しくなった。
- ☐ 胸の痛みがある。

はい



119

1つでも該当したら
119番することをおすすめします。

④該当しなければ、次の項目へ

⑤

橙

- ☒ 深呼吸することができない。
- ☐ (女性のみ) 最近、出産した。
または、妊娠の可能性がある。
または、妊娠している。

はい

119

はい

- ☐ 65歳以上である。
- ☐ 妊娠している。
- ☐ 歩けない。

いいえ

1つでも該当したら
医療機関を受診することをおすすめします。

今すぐに受診

⑥該当しなければ、黄・緑の項目を確認してください。

※なお、**判断に迷われる場合**または**救急病院の情報を知りたい場合**は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323

※はじめに必ず確認してください。

症状にかかわらず 下の質問を確認してください。

□（いつもどおり）普通にしゃべれますか？
普通に声は出せていますか？

いいえ



119

はい

□ハアハアしていますか？
息は苦しい（苦しそう）ですか？

はい

「成人の
呼吸が苦しい」
の9ページへ

いいえ

□顔色、唇、耳、つめの色が悪いですか？
冷や汗をかいていますか？

はい



119

いいえ

□しっかりと受け答えができますか？

いいえ

「成人の
意識がない」
の17ページへ

はい

該当する各症状のページへ

※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323

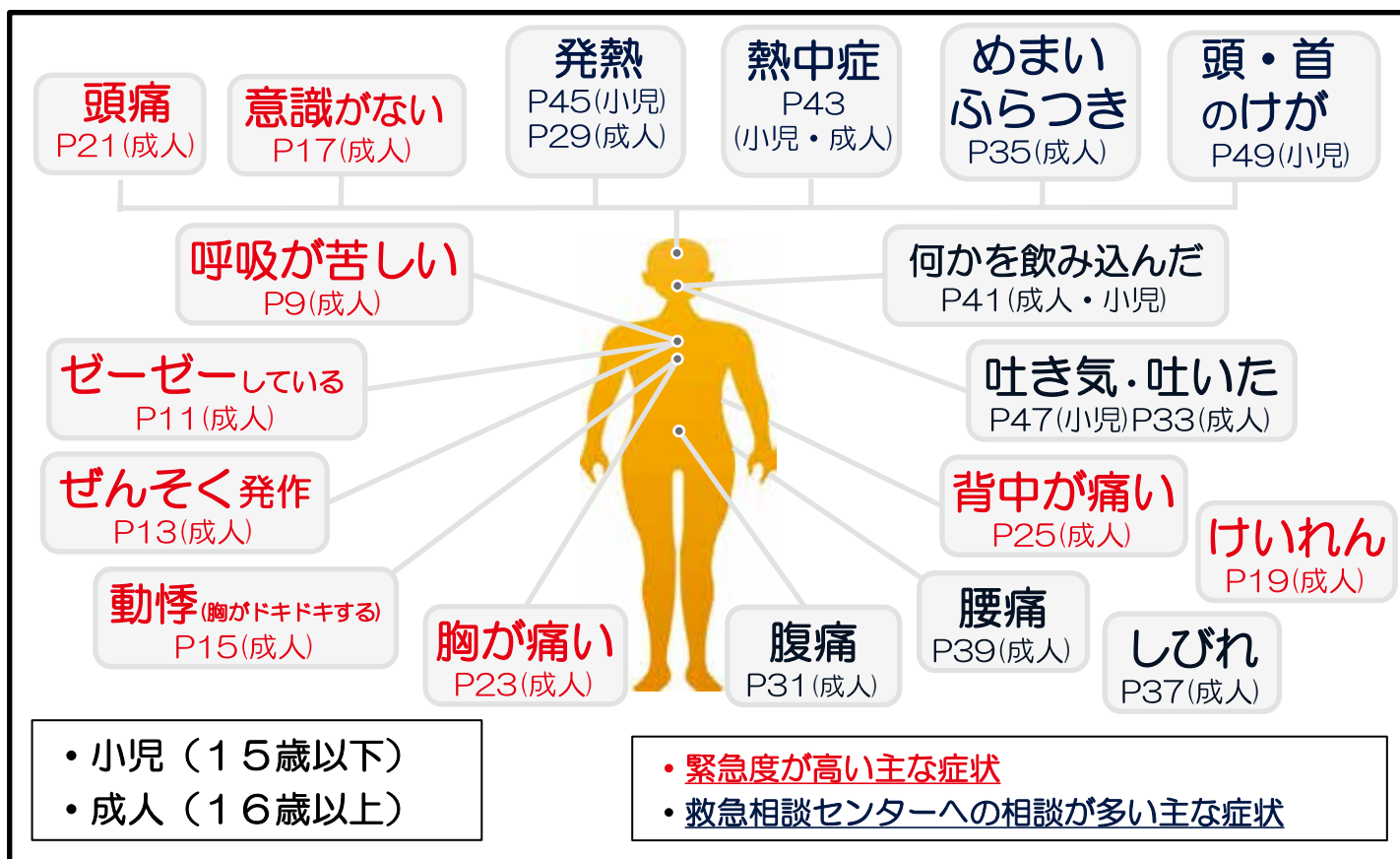
042-521-2323

緊急度が高い主な症状（9症状）

主な症状

※各症状を確認する前に、P7の質問を確認してください。

- 1 成人の呼吸が苦しい P9
- 2 成人の呼吸がゼーゼーする P11
- 3 成人のぜんそく発作 P13
- 4 成人の動悸（胸がドキドキする） P15
- 5 成人の意識がない・意識がおかしい P17
- 6 成人のけいれん P19
- 7 成人の頭痛 P21
- 8 成人の胸が痛い P23
- 9 成人の背中が痛い P25



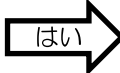
救急相談センターでの相談が多い主な症状(11症状)は⇒28ページから

まず、P7の質問を確認してください。

1 成人の呼吸が苦しい

主な
症状

「息が苦しい」「呼吸が苦しい」「息苦しい」
「息が荒い」「肩で息をしている」「息ができない」など

ひとつでも該当する項目があれば  はい へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- 急に息苦しくなった。
- 胸の痛みがある。
- 泡のようなピンク色または白い痰（たん）がたくさん出る。
- しばらく（数時間程度）今の状態が続いている。
- 以前に肺梗塞（エコノミークラス/ロングフライト症候群、深部静脈血栓症、下肢静脈血栓症など）または気胸、自然気胸、慢性呼吸不全と言われたことがある。
- ぜんそくと言われたことがある。
または、ぜんそくの薬が効かなかったことがある。
- 横になると息苦しい。
または、苦しくて座らないと息ができない。
- 何か変なものを吸い込んだ。
または、吐いた後や、むせた後から息苦しくなった。
- 顔がむくんだり、赤くなったり、じんましんができています。

1 つも該当しない場合

橙

- 深呼吸することができない。
- （女性のみ）最近、出産した。
または、妊娠の可能性がある。
または、妊娠している。

受診する科目

【内科】または
【救急科】

はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

はい

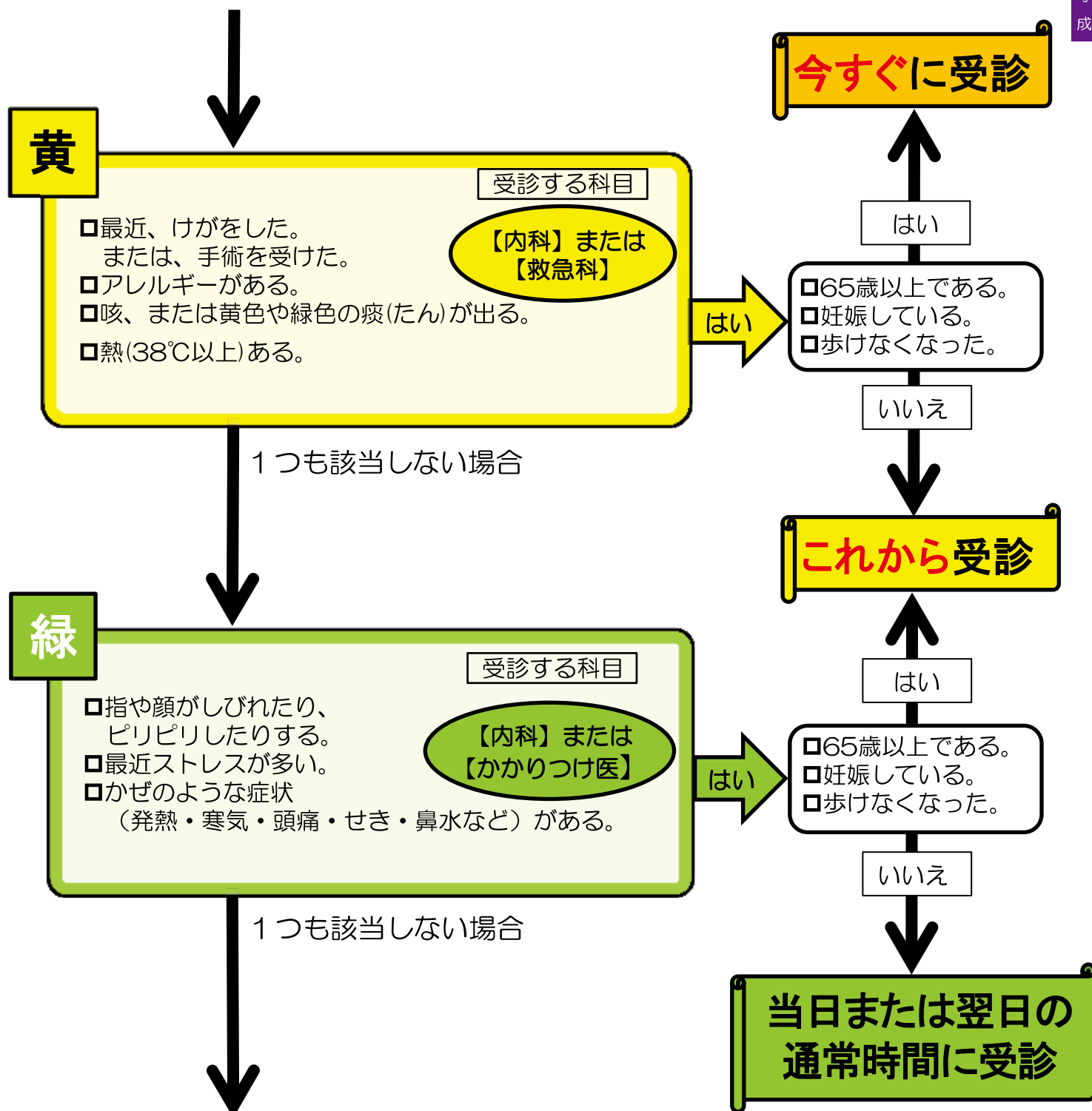
いいえ

1 つも該当しない場合は次ページへ

今すぐに受診



119



～すべての項目に該当しない場合～

継続的に容態をチェックし、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、他の症状が出現した場合には、医療機関の受診を考慮してください。

※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323

まず、P7の質問を確認してください。

2 成人の呼吸がゼーゼーする

主な
症状

「ゼーゼーいっている」「ヒューヒューいっている」
「息をするときに音がする」
「痰（たん）がからんだような音がする」など

ひとつでも該当する項目があれば **はい** → へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- 横になると息苦しい。
または、苦しくて座らないと息ができない。
- 胸の痛みがある。
- 突然（2時間以内が目安）症状が始まった。
- 何か変なものを吸い込んだ。
または、その可能性がある。
- 泡のようなピンク色
または、白い痰（たん）がたくさん出る。

はい



119

1 つも該当しない場合

黄

- ぜんそくがある。
- せき、または黄色や緑色の痰（たん）が出る。
- アレルギーがある。
- 慢性心不全、心臓の病気、肺梗塞、下肢（あし）の血栓、
または腎臓の病気がある。
- このような症状が以前にもあった。
- 発熱（38℃以上）がある。

受診する科目

【内科】または
【救急科】

はい

今すぐに受診

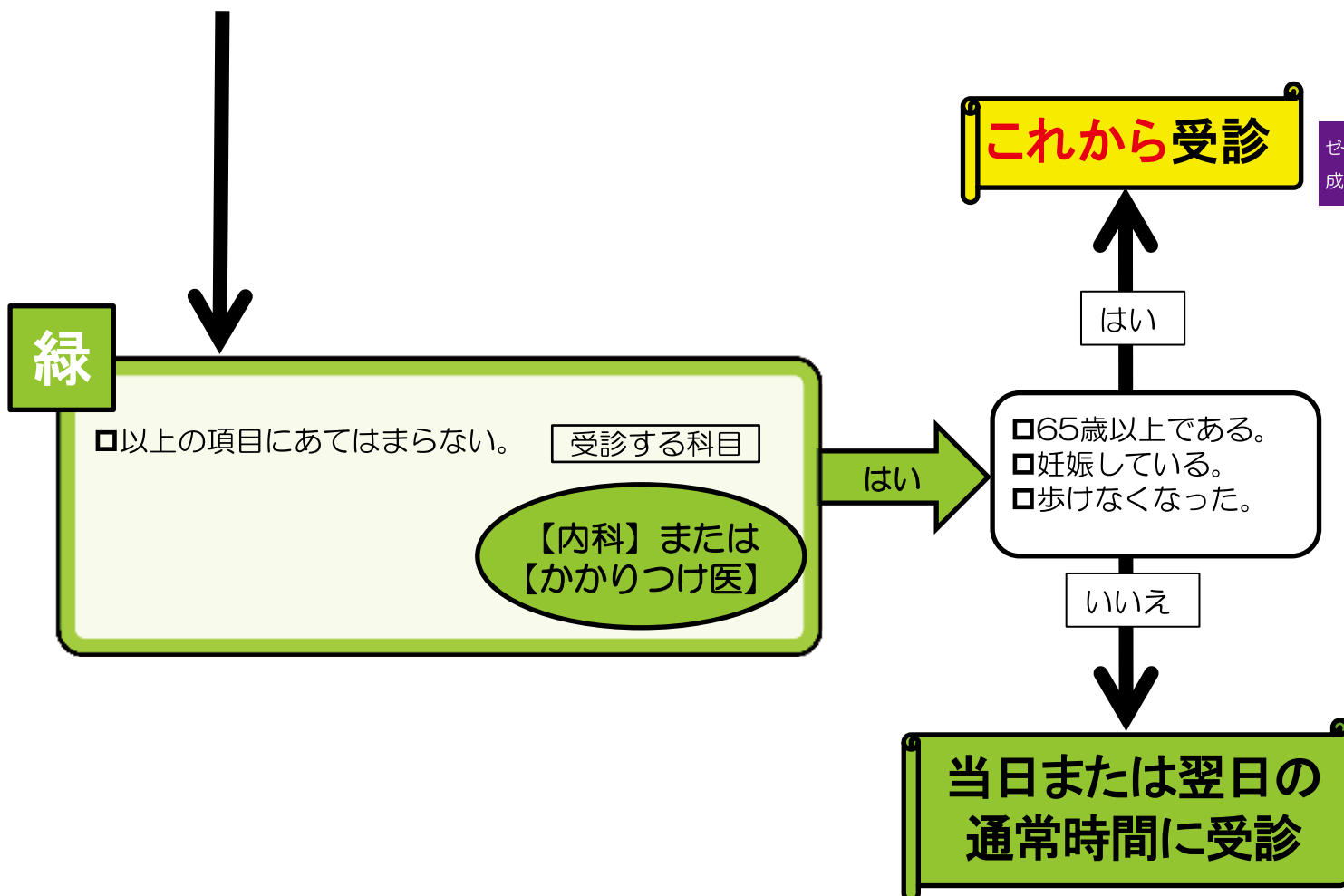
はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

いいえ

これから受診

1 つも該当しない場合は次ページへ



※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323

まず、P7の質問を確認してください。

3 成人のぜんそく発作

主な
症状

「ぜんそくなんですけど・・・」など

ひとつでも該当する項目があれば **はい** へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- 横になると息苦しい。
または、苦しくて座らないと息ができない。
- 手持ちの薬を使ってもまだ苦しい。
または、苦しさがとれない。

はい



119

1つも該当しない場合

黄

- 喉（のど）の痛み、または、かぜのような症状
（発熱・寒気・頭痛・せき・鼻水など）がある。
- ステロイド薬を飲んでいる、または、吸入している。
- 吐いた後、または、むせた後に症状が出た。
- 頻繁に、または何度か、ぜんそくで入院したことがある。
- 集中治療室で治療を受けたことがある。
- 最近処方された薬が効かない。
- 黄色や緑色の痰（たん）が出る。

受診する科目

【内科】または
【救急科】

はい

今すぐに受診

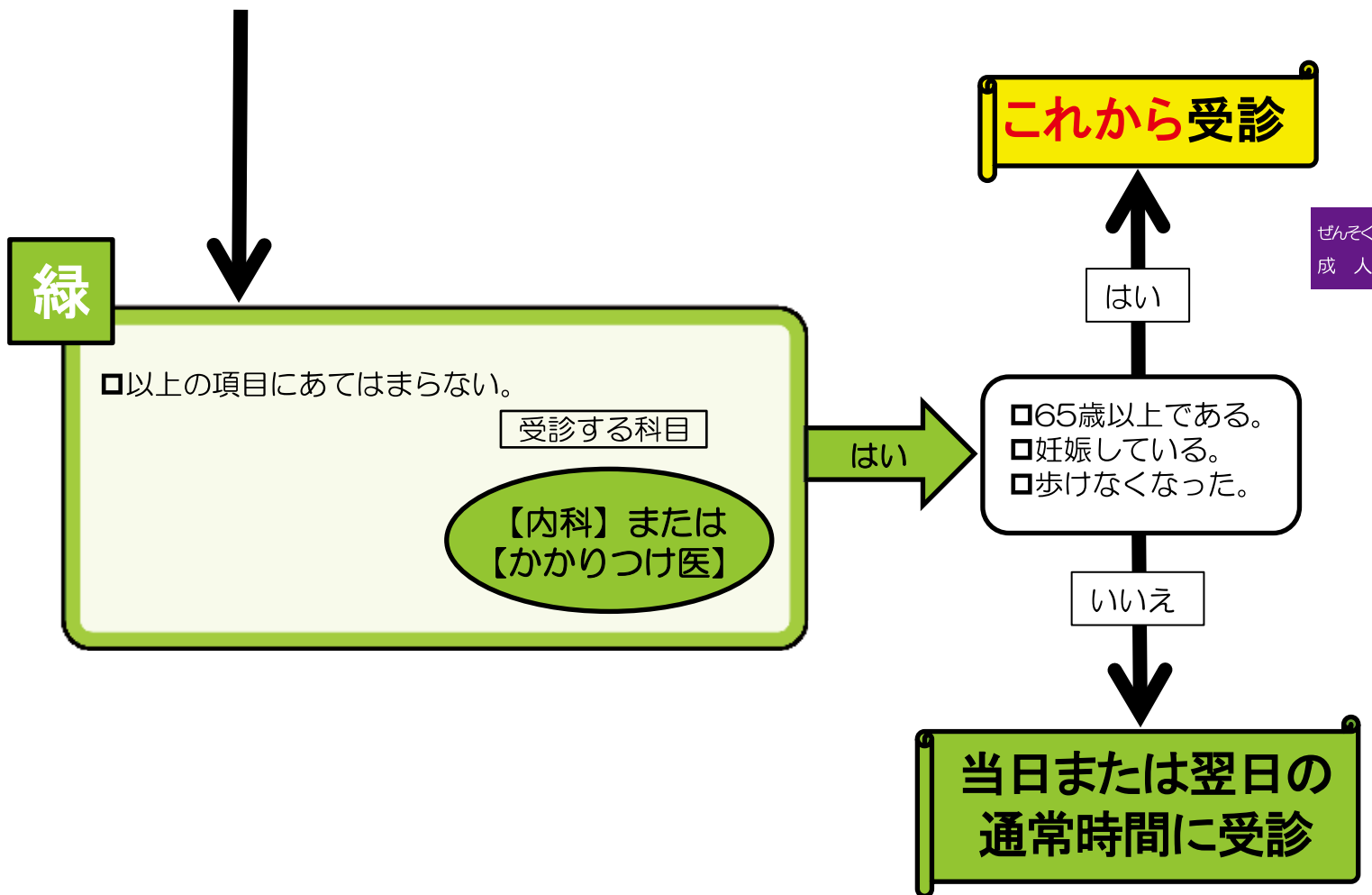
はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

いいえ

これから受診

1つも該当しない場合は次ページへ



※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323

まず、P7の質問を確認してください。

4 成人の動悸（胸がドキドキする）

主な
症状

「ドキドキする」「動悸がする」
「脈が速い」「脈がとぶ」など

ひとつでも該当する項目があれば **はい** → へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- ☐ 動悸（胸のドキドキ）が30分以上続いている。
- ☐ 息苦しい。
- ☐ 胸の圧迫感（押される感じ）がある。
- ☐ 胸がもやもやする感じがある。
または、胸が苦しい。
- ☐ 胸の痛みが30分以上続いている。
- ☐ 冷汗をかいている。
- ☐ 痛みが周りに広がる感じがある。
または、胸、首、あご、腕のいずれかの痛みがある。
または、変な感じがある。
- ☐ 胸やけがする。
- ☐ 脈が極端に速い、または遅い。
- ☐ 立ちくらみがする。

はい →



119

1 つも該当しない場合

橙

- ☐ 尿量が減ったり、尿の色が濃くなったりしている。
- ☐ 皮膚や唇が乾いている。
- ☐ 喉（のど）がとても渇く。
- ☐ 脈の異常（脈がとぶ、脈のリズムが乱れるなどの症状）がある。

受診する科目

【内科(循環器内科)】
または【救急科】

はい →

- ☐ 65歳以上である。
- ☐ 妊娠している。
- ☐ 歩けなくなった。

はい →

いいえ →

1 つも該当しない場合は次ページへ

今すぐに受診

黄

受診する科目

- 体重が増えている。または、むくみがひどい。
・・・【内科(循環器内科)】または【救急科】
- 頭痛がある。・・・【内科】または【救急科】
- 甲状腺の病気がある。
・・・【内科】または【救急科】
- 心臓の病気がある。
・・・【内科(循環器内科)】または【救急科】
- このような症状がよく起こる。
・・・【内科】または【救急科】
- 吐いたり、下痢をしている。
・・・【内科】または【救急科】
- (女性のみ)妊娠している。
・・・【産婦人科】または【救急科】

はい

今すぐに受診

はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

いいえ

これから受診

はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

いいえ

当日または翌日の
通常時間に受診

1つも該当しない場合

緑

- 脈が速いなどの症状で治療を受けたことがある。
- 最近、以下の薬のいずれかを内服した。
[利尿薬・ダイエット薬・うっ血の改善薬・かぜ薬]
- ぜんそくの持病があり、最近新しい内服薬の処方、
または、内服薬の増量があった。
- 発熱(38℃以上)がある。
- 疲労感がある。
- 不眠がある。
- 最近ストレスが増えた。
- カフェイン・タバコ・アルコール
・漢方の興奮薬のいずれかを過量に服用した。

受診する科目

【内科】または
【かかりつけ医】

はい

1つも該当しない場合

～すべての項目に該当しない場合～

継続的に容態をチェックし、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、
他の症状が出現した場合には、医療機関の受診を考慮してください。

※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323

動
悸
成
人