



こあら通信

小栗小児科医院 2026年 2月23号
〒933-0014 富山県高岡市野村869
TEL: 0766-23-2229
URL: <http://oguri-shounika.com>

頭を打った ぶつけた

子どもが頭を打ってしまうことはよくあります。頭が大きく重心が高いためバランスを崩しやすくけがをしやすいため注意が必要です

成長に合わせた生活環境を整えることがケガの予防につながります

頭部外傷の90%以上が軽傷で重症になることはまれですが、注意してください

1歳以下で**90cm**以上 2歳以上で**150cm**以上の高さから落ちた場合は注意が必要です

ハイハイ時期 …階段にはガードする

車に乗るとき …必ずチャイルドシートを装着し後部座席に乗せる

自転車に乗るとき…必ずヘルメットを着用する



目安	要注意	リスク低め
年齢	6～7か月以下	おおむね1歳ごろ～
高さ	1m以上	1m以内
場所	衝撃の強い場所 石 コンクリート アスファルト 鉄 タイル など	衝撃の弱い場所 畳 じゅうたん フローリング 草地 砂地 土 木 など



受診の目安



- ☐ 名前や場所がわからず、つじつまの合わないことを言う
- ☐ 物が**見えづらい**（視力障害）、物が**二重に見える**（複視）
- ☐ 手足に力が入らない、**しびれ**がある
- ☐ まっすぐ歩けないなど、**不安定な歩行**
- ☐ 頭痛がだんだんひどくなる
- ☐ 繰り返し**吐く**
- ☐ 不機嫌で、ぐずり方が激しい
- ☐ **よく眠る**、眠気が強い（特に普段寝る時間帯でない場合）
- ☐ 眠りから覚めない



- ☐ 普段通りに**泣き**、手足を**左右差なく**動かす
- ☐ 嘔吐が**1～2回**のみ
- ☐ 泣き止んだら**普段通り**に過ごしている

おうちケアのポイント

打ったところに大きな傷がなければ受傷直後から冷やすようにしましょう
受傷直後には症状が出にくい場合があるため 安静と十分な保護者の観察が必要となります

顔色や元気、嘔吐、呼吸などいつもと違う様子がないか慎重に観察しましょう

24時間は子どもの様子に変化がないか注意してください



普段と様子が違うとき、不安なことがあるときは受診してください