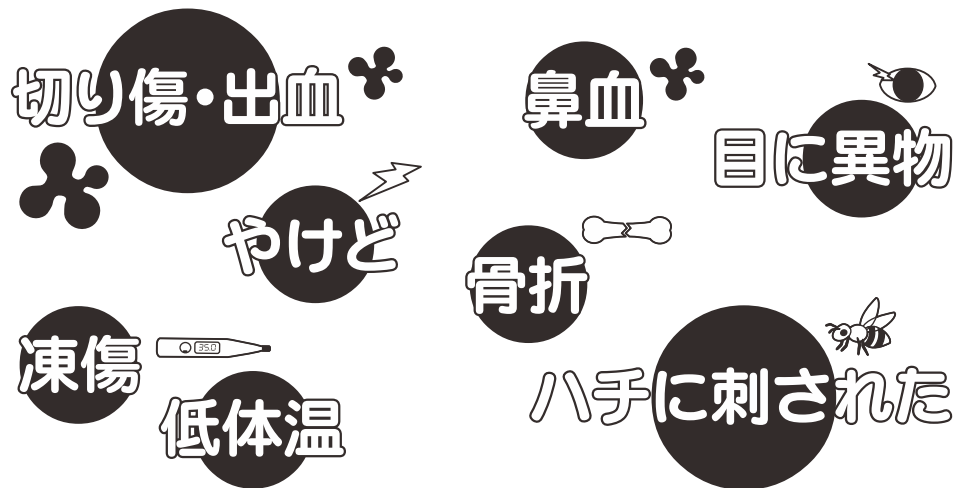


応急手当

とっさの時の・・・思わぬケガなどの対処法



宣 言

明るい笑顔 すぐ返事 伝える元気

かちどき薬品 ホームページ
げんき君 健康に関する情報がいっぱい
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ

応急手当の必要性



家の中での急なケガ、外出時やスポーツ中のケガ、災害や交通事故などの緊急時は、119番への通報と同時に、その場に居合わせる人による応急手当が重要となります。救急隊や医師が到着するまでの間に、いかに早く適切な処置をするかが、その後の状態を左右します。

一人ひとりが正しい応急手当法を身につけ、いざという時冷静に自信をもって対処できるようにしましょう。

例えばこんな時

思わぬケガなどの
応急手当のしかた

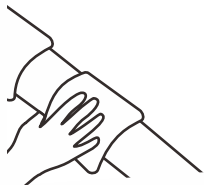
● 切り傷・出血	2 ページ
● やけど	3 ページ
● 骨折	4 ページ
● 凍傷・低体温	5 ページ
● 鼻血・目に異物	6 ページ
● 手に刺された	7 ページ



● 切り傷・出血

深い傷や大量の出血は
至急119番する

切り傷・出血



静脈は血流が弱いので、
軽い出血なら2~3分
ほどで応急止血できる。

清潔なガーゼやハンカチを傷口にあて、
軽く押さえて止血する。深い傷や出血量
が多い時は両手で強く押さえて、手足の
場合は傷の部分を心臓より高くする。
止血後、消毒をして、清潔なガーゼを
傷口にあて、絆創膏を貼るか包帯を巻く。
血がにじんできたならガーゼを重ねて、
きつめに包帯を巻く。

軽い傷なら、こんな方法もあります
湿潤療法(モイストヒーリング)

❗ただし傷の状態により効果は
異なり、感染症を起こす恐れも
あるため注意が必要。

傷口から出血している場合はまず止血をする。
消毒液は使わずに、傷口を水道水できれいに洗い流す。
湿潤療法用の傷あてパッドを貼って患部を保護し、傷を乾かさな
いようにする。浸出液が染み出してきたらパッドを交換する。

切断



傷口に清潔なガーゼをあて、その上から
包帯を強めに巻いて圧迫止血。包帯の
根元をひもで縛って固定する。
切断指はガーゼでくるみ、ビニール袋に
密封してから、氷水入りの袋や容器に
入れ、傷病者とともに医療機関へ。

※切断指を直接氷水に入れて冷やすのは禁物。
(細胞が破壊され再接着できなくなるため)

万一の感染防止のため、手当をする際には傷病者の血液に触れない。
救助者はできる限りビニール手袋やビニール袋を手に着用する。

● やけど

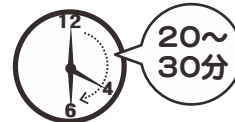
広範囲のやけどは生命に関わるため
至急119番と応急手当をする



強い流水を直接
患部にあてない。

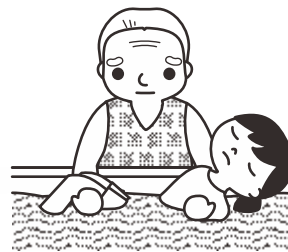
どんなやけども、真っ先に患部を
流水で冷やす。
流水の刺激が強い時は、直接水圧が
かからないよう、洗面器などに水道水と
少量の氷を入れて患部をつける。
または患部にタオルをあて、その上から
やかんやホースで水をかける。

薬品によるやけど



薬液が染みた衣服を脱がし、流水を
直接患部にかけて薬液を洗い流す。
ズキズキする痛みが和らぐのを目安に
20~30分冷やす。

広範囲のやけど



衣服は無理に脱がさない。
浴槽に水をためて、衣服を着たまま
体をつけて冷やす。
十分に冷やしたら、手足はガーゼなどで
ふんわりと包む。
広範囲のやけどはシーツで全身を覆う
ようにして患部を保護する。



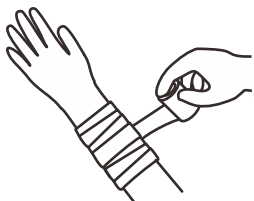
水ぶくれができて、破いたりしない。

全身を冷却し続けると体温が下がりすぎる恐れがあるので、
10分以上の広範囲の冷却は極力避ける。

● 骨折

- 骨が見えているか、まず確認する
- ・開放性骨折(傷口から骨が見える)
- ・皮下骨折(露出なし)

開放性骨折



開放性骨折の場合は、まず傷口にガーゼなどをあて、その上から包帯をぐるぐる巻く。
骨が皮膚から突き出ている場合は、その周りにガーゼなどを重ね、骨を圧迫しないように気をつけながら巻く。

皮下骨折



手首・前腕



上腕



ひじ

不自然な変形や曲がり、腫れ上がり、激痛があれば皮下骨折の可能性が高い。

ふくぼく

骨折した部分に副木をあてて、包帯や布で巻いて固定する。
適した木がなければ、段ボール、雑誌、傘、ペットボトルなどで代用する。

ショックや痛みによる顔面蒼白、震え、冷や汗が見られたら、毛布などで保温。

せきつい 首・脊椎・骨盤



首・脊椎・骨盤の骨折が疑われる場合は119番する。

硬い床に仰向けに寝かせて、患部を動かさないように固定する。
意識と呼吸の状態に注意して救急車の到着を待つ。

骨折部の保護と副木固定を行うことで、疼痛(ズキズキする痛み)、腫れ、傷口からの細菌感染を最小限に抑えることができる。

骨が折れているか判断できない場合も、骨折と考えて応急手当をする。

● 凍傷・低体温

重症ならすぐに119番

凍傷



さすったり、もんだり、締めつけたりしない。

患部が足の場合は体重をかけないようにして温める。

長時間寒冷にさらされた手足の指、ほお、鼻、耳などに生じやすい。
受傷直後は皮膚が青白く無感覚になる。
じゆしょう

患部を温める応急手当をする。
近くに医療機関があれば温めず
にすぐ受診する。
凍ったり濡れたりした衣服を脱がせて、
乾いた衣服や毛布で体を覆って
体温の低下を防ぐ。
40℃くらいのぬるま湯で患部を温め、
10～30分かけて完全に解凍する。
(中途半端に解凍しない)

重症の場合は、保温後に激しい痛み、水疱、患部の壊死(黒色に変化)などが現れるので、医師による早急な治療が必要。

再び寒冷にさらされる可能性がある時は、温めずに急いで医療機関へ。
(一度溶けかかった患部が再凍結すると、損傷がさらに大きくなるため)

低体温



寒冷により中心体温が35℃以下になる。
震え(軽度)→震えが止まり筋肉硬直
→体温30℃以下になると生命に危険

救急車を呼び、応急手当をする。
救急隊を待つ間に、暖かい環境に移す。
衣服が濡れていたら脱がせ、乾いた
衣服に着替えるか毛布などで覆う。
軽度なら温かい飲みものを飲ませる。

● 鼻血

上を向いて首の後ろを叩くのは危険



洗面器などを用意し、口に落ちてきた血液は吐き出させる。

衣服をゆるめてイスに座り、あごをやや引いた姿勢にする。
口呼吸にして、小鼻を両側からつまみ、5～10分ほど圧迫する。
顔面が紅潮していたら、額や鼻の周りに冷たいタオルをあてる。

寝かせる時は顔を横向きに。血液を吐かせやすくし、誤嚥ごえんを防ぐ。

外傷もなく鼻血を繰り返す場合は、他の病気の可能性もある。
特に高齢の方の鼻血は軽視せず、念のため医師の診察を受ける。
頭を打った後の耳・鼻・口からの出血は、脱脂綿などの詰めものをすると細菌感染の恐れがあるため、ガーゼなどを敷いて吸いとる。

● 目に異物

絶対に眼をこすらない

ゴミなどの異物



数回まばたきして目を閉じていると、涙と一緒に異物が自然に流れ出る。
出てこない時は、水を張った洗面器の中でまばたきする。白目についていたら湿らせた綿棒でそっと取ってもよい。

ガラスなどの破片



ハンドタオルなどをドーナツ状にして、破片が入った目の周りにあてる。
その上から両方の目を包帯で巻く。
家庭での除去は危険。すぐに眼科・救急病院へ。

薬品や洗剤

強い薬品が入った時は30分以上洗い流す。

すぐに洗眼する。入ったほうの目を下向きにして、水をかけて洗い流す。

● ハチに刺された

スズメバチならすぐに医療機関へ



刺された部分に口をつけて吸い出すのは避ける。
(虫歯や傷などから体内に毒が入ってしまうため)

毒針は毛抜きで根元から抜く、または横にはらって取り除く。
毒を絞り出しながら流水でよく洗い流し、患部を冷やして安静にする。
抗ヒスタミン配合の虫刺され薬を塗ると痛みが緩和される。

意識を失う、息苦しいなど、体調に異変を感じたら速やかに受診する。

救急の時の



救急車の呼び方

落ち着いて正しく利用しましょう。

詳しく

① 119番に電話する「救急です!」

② 「住所」「目印」を伝える

ビルやマンション名・階数・号室
近くにある大きな建物・交差点

③ 事故や傷病者の「様子」を伝える

いつ・どこで・だれが・
どうして・どうなった

④ 通報者の「氏名」「電話番号」を伝える

※通報と同時に救急車は出動しています。あわてずに到着を待ちましょう。

救急車のサイレン音が聞こえたら

⑤ 救急車を誘導する (救助者が1人だけなら応急手当を優先)

救急隊到着

⑥ 経過や詳細を伝える

応急手当の内容・容態の変化・
傷病者の持病