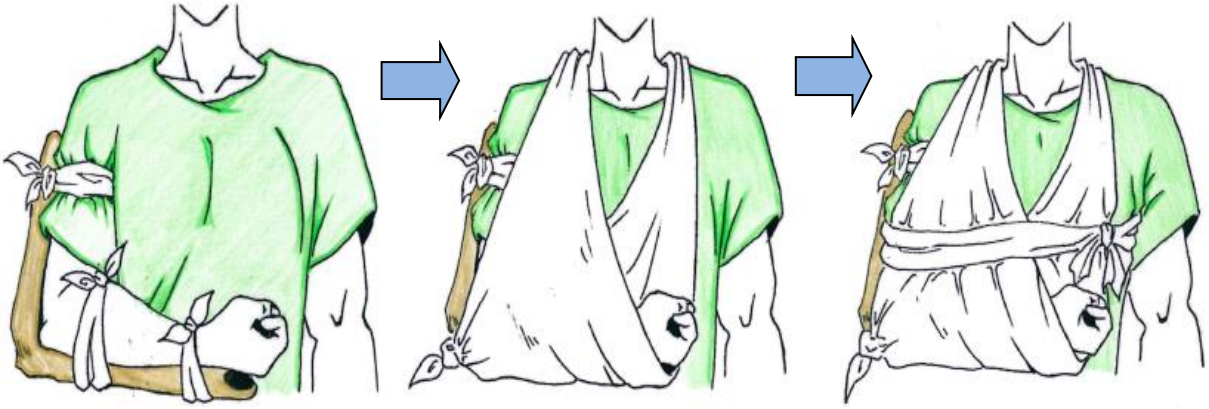
学习 **“固定技术”** 有助于减轻疼痛，并防止血管和神经受损。

中国語
（簡体）

1、手臂骨折

检查骨折部位（如肿胀、畸形等）。



放置夹板，并在骨折部位的上方和下方至少两处将关节固定。

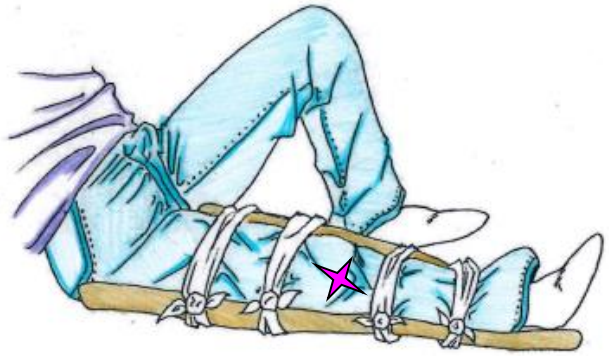
用三角绷带或类似物品支撑手臂。
将绷带一角在肘部打结，形成一个囊袋。

最后，用三角巾将其固定在身体上，整个过程即告完成。

2、腿部骨折

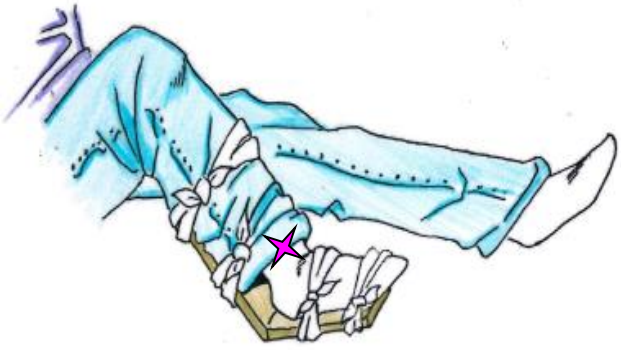
检查骨折部位（如肿胀、畸形等）。

★就小腿而言



① 将两块长夹板放置在腿部两侧。
② 将四条三角巾从腿部下方穿过，分别在骨折部位的上方和下方各固定两条三角巾，以稳固骨折处。
③ 尽量把结打在同一个位置。

★就踝关节而言



① 使用一块像硬纸板一样灵活的夹板，小心地将腿放在上面，并留意是否有疼痛感。
② 使用四条三角巾固定骨折部位，在受伤处上方和下方各放置两条。
③ 尽量把结打在同一个位置。

※ 杂志、卷起来的报纸或几层重叠的纸板等可用作夹板的替代品；包袱布或手巾等则可用作三角巾的替代品。