

その他の応急手当



鶴岡市消防署

傷病者の管理法

1 安全の確認

傷病者に近寄る前には、周囲の安全を確認し、状況にあわせて自らの安全を確保してから近づきます。車が通る道路などに人が倒れている場合には、特に気をつけます。



周囲の安全の確認

2 衣服の緩め方

- 傷病者にとって楽な姿勢をとらせ、衣服やベルトなどを緩めます。
- 衣服は、傷病者に動揺を与えないように、できるだけ安静にして緩めます。

ポイント

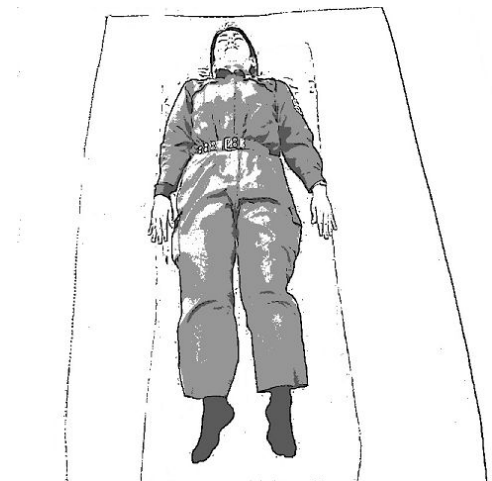
- 救命処置が必要なら、そちらを優先します。
- 傷病者に意識がある場合は、よく説明をし、希望を聞きながら衣服を緩め、無理強いはしません。

3 保温（傷病者の体温を保つ）

- 悪寒、体温の低下、顔面蒼白、ショック症状などがみられる場合は、傷病者の体温が逃げないように乾いた毛布や衣服などで保温します。

ポイント

- 地面やコンクリートの床などに寝かせるときの保温は、身体の上に掛けるものより、下に敷く物を厚くします。
- 服が濡れているときは、脱がせてから保温します。



保温のため下に物を敷く

4 体位の管理

- 傷病者に適した体位（姿勢）を保つことは、呼吸や血液の循環を維持し、苦痛を和らげ、症状の悪化を防ぐのに有効です。
- 傷病者の希望する、最も楽な姿勢（体位）にして安静を保ちます。
- 体位を強制してはいけません。
- 体位を変える場合には、痛みや不安感を与えないようにします。

① 仰臥位（仰向け）

- 背中を下にした水平な体位です。
- 全身の筋肉などに無理な緊張を与えない自然な姿勢です。
- 心肺蘇生法を行うのにも適しています。



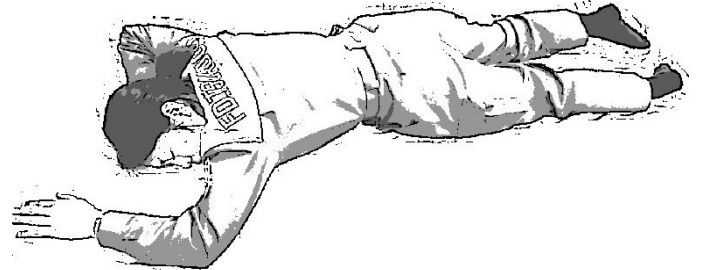
② 膝屈曲位

- 仰臥位で膝を立てた体位です。
- 腹部の緊張と痛みを和らげる姿勢です。
- 一般的に、腹部に外傷を受けた場合や腹痛を訴えた場合に適しています。



③ 腹臥位

- 腹ばいで、顔を横に向けた体位です。
- 食べた物を吐いている時や、背中に怪我をしているときに適しています。



④ 回復体位

- 傷病者を横向きに寝かせ、下あごを前に出して気道を確認し、上側の手の甲に傷病者の顔を乗せる。さらに上側の膝を約90度曲げ後ろに倒れないようにします。
- 窒息防止に有効で、反応（意識）のない傷病者に適しています。



⑤ 半座位

- 上体を軽く起こした体位です。
- 胸や呼吸の苦しい傷病者に適しています。
- 頭にけがをしている場合や脳血管障害の場合に適しています。



⑥ 座位

- 座った状態での体位です。
- 胸や呼吸の苦しさを訴えている傷病者に適しています。



⑦ ショック体位（足側高位）

- 仰臥位で足側を高くした体位です。
- 貧血や、出血性ショックの傷病者に適しています。
- 頭にけがをしている場合には、適していません。（仰臥位にします）



搬送法

応急手当を終えた傷病者を搬送したり、危険な場所にいる傷病者を安全な場所に移動させる場合の方法です。傷病者の搬送では、傷病者に苦痛を与えず安全に搬送することが大切です。

1 担架搬送法

●担架搬送は、傷病者の応急手当を行った後、保温をして、原則として足側を前にして搬送します。搬送中は、動揺や振動を少なくする必要があります。

2 担架を用いない搬送法（徒手搬送法）

●担架等が使用できない場所で、事故現場から他の安全な場所へ緊急に移動させるために用いられます。

ポイント

○徒手搬送は、いかに慎重に行っても傷病者に与える負担が大きいため、必要やむをえない場合にとどめるべきです。

①1名で搬送する方法

○背部から後方に移動する方法で、おしりをつり上げるようにして移動させます。

○毛布、シーツを利用する方法もありますが、傷病者の胸腹部を圧迫することがあるので注意します。



1人で搬送する方法



毛布を用いた搬送方法

○背負って搬送する方法で、傷病者の両腕を交差または平行にさせて、両手を持って搬送します。

○横向きで搬送する方法で、小児、乳児や小柄な人は横向きにしたほうが搬送しやすいです。



背負って搬送する方法



横抱きで搬送する方法

出血時の止血法

一般に体内の血液の 20%が急速に失われると出血性ショックという重篤な状態になり、30%を失えば生命に危険を及ぼすと言われています。したがって、出血量が多いほど、止血手当を迅速に行う必要があります。

出血時の止血法としては、出血部位を直接圧迫する直接圧迫止血法が基本です。

直接圧迫止血法

①出血部位を確認します

②出血部位を圧迫します

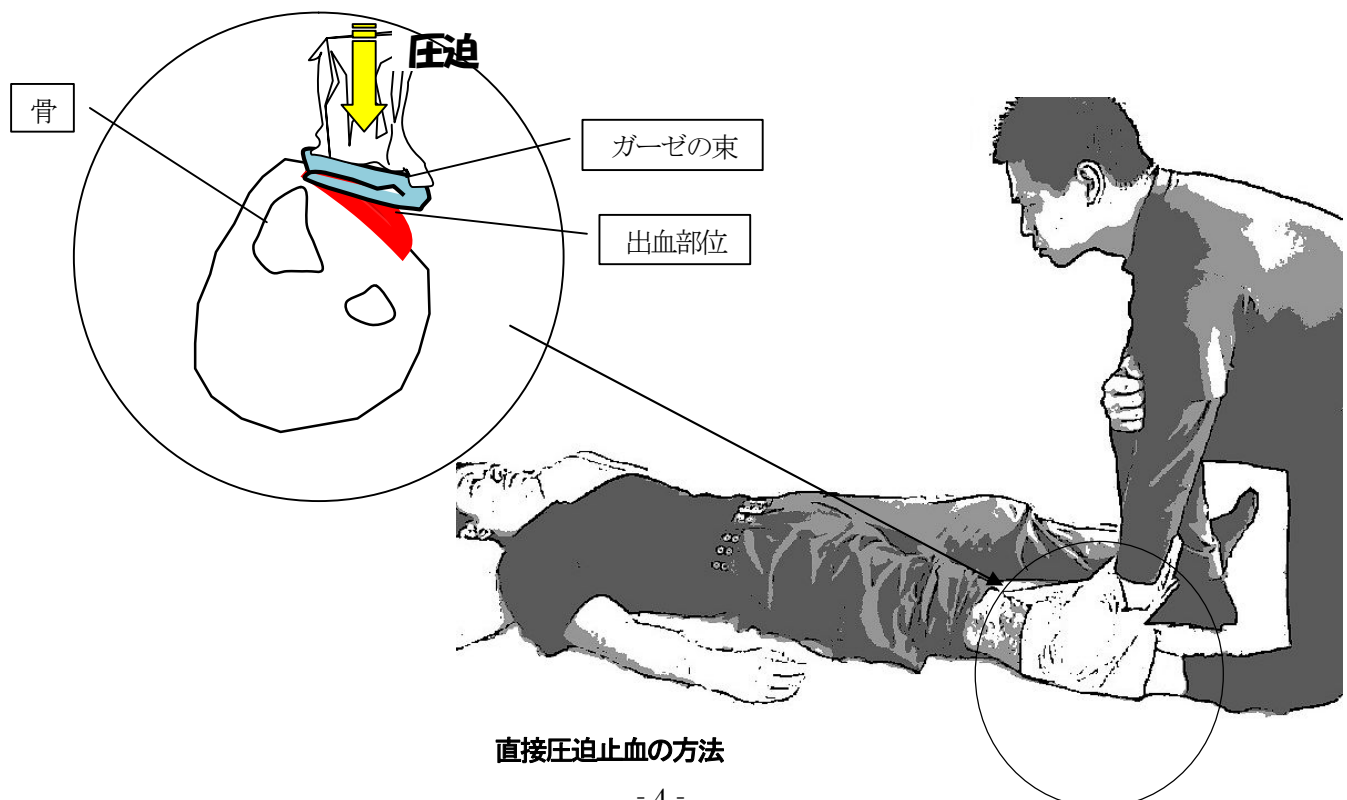
- きれいなガーゼやハンカチ、タオルなどを重ねて傷口に当て、その上を手で圧迫します。
- 大きな血管からの出血の場合で片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫止血をします。



ビニール等を使用した直接圧迫止血法

ポイント

- 止血の手当を行うときは、感染防止のため血液に直接触れないように、できるだけビニール手袋やビニール袋を使用します。
- 出血を止めるために手足を細い紐や針金で縛ることは、神経や筋肉を損傷するおそれがあるので行いません。
- ガーゼなどが血液で濡れてくるのは、出血部位と圧迫位置がずれている、または、圧迫する力が足りないためです。



直接圧迫止血の方法

骨折に対する応急手当

①部位の確認

- 痛がっているところを聞きます。
- 可能であれば痛がっているところに変形、出血がないかを確認します。

ポイント

○確認する場合は、痛がっているところを動かしてはいけません。

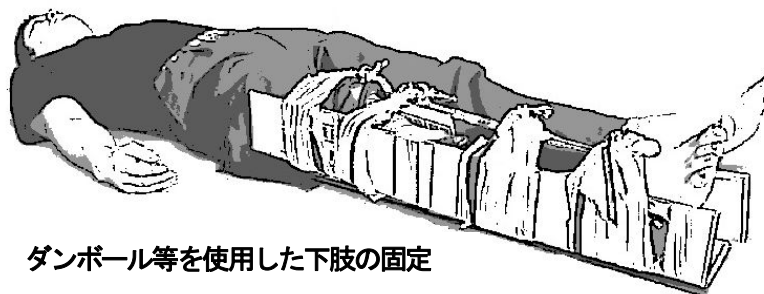
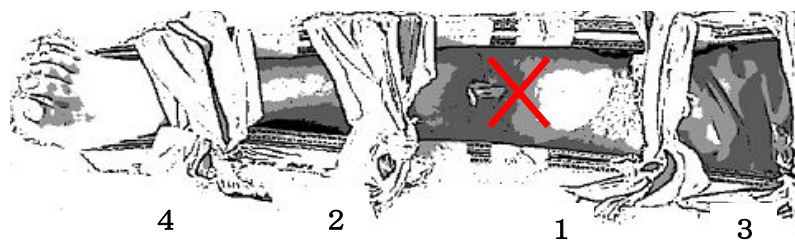
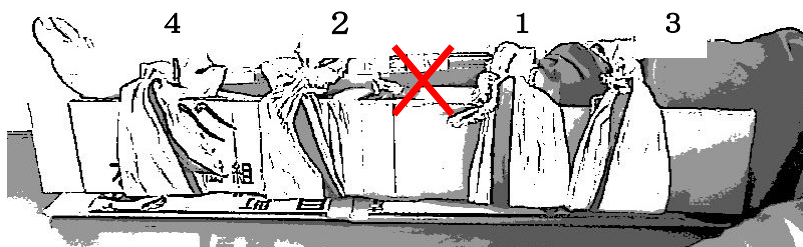
○骨折の症状

〔 激しい痛みや腫れがあり、動かすことができない。
変形が認められる。骨が飛び出している。 〕

○骨折の疑いがあるときは、骨折しているものとして手当をします。

②固定（そえ木、三角巾）

- 変形している場合は、無理に元の形に戻してはいけません。
- 協力者がいれば、骨折しているところを支えてもらいます。
- 傷病者が支えることができれば自ら支えてもらいます。
- そえ木をあてます。
- 三角巾などでそえ木に固定します。



ダンボール等を使用した下肢の固定



腕の固定（ダンボール使用）



雑誌を利用した前腕部の固定



三角巾などで腕をつる

ポイント

○そえ木は、骨折部の上下の関節が固定できる長さのものを使用します。

○固定するときは、傷病者に知らせってから実施し、顔色や表情を見ながら固定します。

熱傷(やけど)に対する応急手当

やけど(熱傷)は、熱いお湯や油が体にかかったり、炎ややかんなどに触れたりすると起こります。あまり熱くない湯たんぽなどでも、体の同じ場所に長時間あたっているとやけど(低温熱傷)になることがあります。塩酸などの化学物質が皮膚についてやけど(化学熱傷)になることもあります。

①やけどの応急手当の方法

●水で冷やす

やけどは、すぐに水で冷やすことが大切です。やけどを冷やすと、痛みが軽くなるだけでなくやけどが悪化することを防ぐこともできます。



水道水によるやけどの冷却

ポイント

○できるだけ早く、水道水などの清潔な流水で十分に冷やします。

○靴下など衣服を着ている場合は、衣服ごと冷やします。

○氷やアイスパックを使って長時間冷やすと、冷えすぎてしまい、かえって悪化することがあるので注意します。

○広い範囲にやけどをした場合は、やけどの部分だけでなく体全体が冷えてしまう可能性があるため、冷却は10分以内にとどめます。

②やけどの程度と留意点

やけどが軽いか重いかは、やけどの深さと広さで決まります。

●一番浅いやけどの場合

・一番浅いやけどは、日焼けと同じで皮膚が赤くなり、ひりひりと痛みますが、水ぶくれ(水疱)はできません。

・このような場合には、よく冷やしておくだけで、ほとんどは病院に行かなくても自然に治ります。

●中ぐらいの深さのやけどの場合

・中ぐらいの深さのやけどは、水ぶくれができるのが特徴です。

・水ぶくれは、やけどの傷口を保護する役割があるので破いてはいけません。すぐに水で冷やした後に、指先などのごく小さいやけどを除いては、ガーゼやタオルで覆って水ぶくれが破れないように気をつけて、医療機関を受診するようにします。

・なお、水ぶくれが破けても薬などを塗ってはいけません。

●最も深いやけどの場合

・最も深いやけどは、水ぶくれにならずに、皮膚が真っ白になったり、黒く焦げたりしてしまいます。

やけどが深くなると、かえって痛みをあまり感じなくなります。

・このようなやけどは治りにくく、手術が必要になることもあるので、痛みを感じないからといって安心せずに、必ず医療機関を受診しましょう。

熱中症に対する応急手当

暑さや熱によってからだに障害がおきることを熱中症といいます。

重症の熱中症は緊急を要する危険な状態で、わが国でも毎年多くの方が熱中症で命を落としています。

①熱中症の症状

- 手足の筋肉に痛みを訴えたり、筋肉が勝手に硬直したりすることが最初の症状になることもあります。
- 次第に具合が悪くなって体がだるいと訴えたり、気分が悪くなり吐き気がしたり、頭痛やめまいが生じることもあります。
- 立ちくらみや頭がボーッとして注意力が散漫になるのも典型的な症状です。
- 意味不明な言動がみられれば危険な状態です。



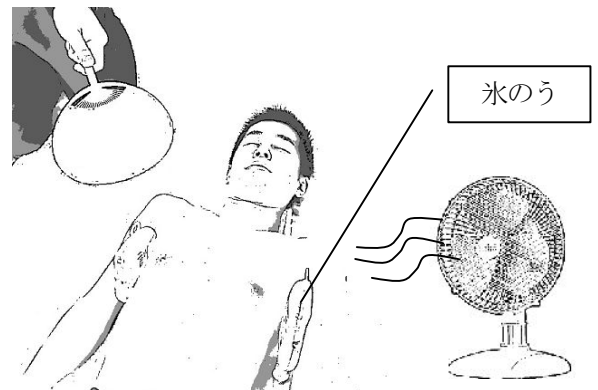
ポイント

○大量に汗をかいているうちはまだよいのですが、汗をかかなくなり皮膚が赤く乾いてくると、自分で体温の調節ができなくなり体温が上がってくるので、すぐにでも命に関わる危険があります。呼び掛けても反応が鈍いようであれば、緊急の事態です。

○熱中症は必ずしも炎天下で運動した時だけでなく、特に乳児や高齢者はクーラーのない暑い室内や車の中に長時間いるだけでも熱中症になります。

②熱中症の応急手当の方法

- 涼しい環境に移動する。
 - ・風通しのよい日陰やクーラーが効いている室内などが適している。
- 衣服を脱がせ、体を冷やす
涼しい場所に移動したら、体から熱を奪うためにうちわや扇風機で風をあてるのが一番効果的です。
 - ・風があたるように衣服を脱がせて皮膚を露出し、あまり汗をかいてないようであれば、皮膚に水をかけて濡らしてから風をあてる必要があります。このとき、氷水をかけるよりもぬるい水をかけてから風をあてる方が効果的です。
 - ・氷のうなどが準備できれば、首、脇の下、太ももの付け根などにあてると効果的です。



ポイント

体の冷却はできるだけ早く行う必要があります。

○水分、塩分を補給する

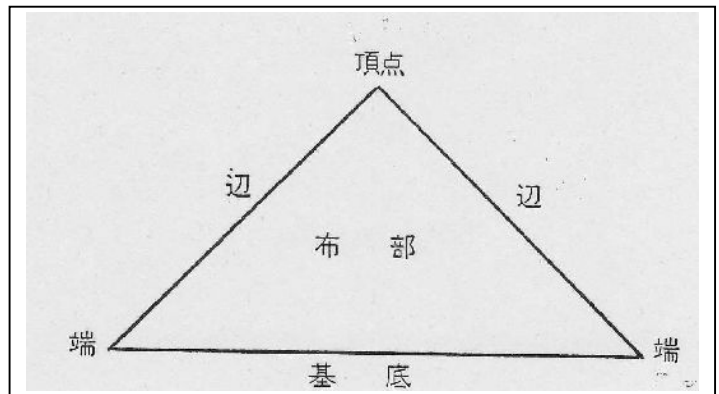
- ・熱中症の傷病者は発汗によって、脱水状態になっているので水分を十分に補うことも重要です。
- ・汗により水だけでなく塩分も喪失しているため、できれば水だけでなく、少量の塩を加えた水か、スポーツドリンクを飲ませるほうが効果的です。

○医療機関での受診

傷病者が飲みたくないといっても、励まして飲ませるべきですが、反応が鈍くなり、自分で水が飲めない傷病者に対して、無理に飲ませようとして水を口に入れると、誤って肺に入ってしまう危険があるので避けなければなりません。ただちに119番通報して、医療機関に救急車で搬送し、点滴による水分補給を受ける必要があります。

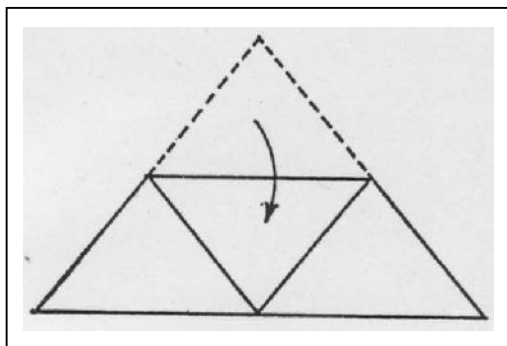
三角巾法

- 三角巾は救急処置における包帯として、きわめて有効に用いられ、創傷の大小にかかわらず、救急処置に最も便利な包帯法である。

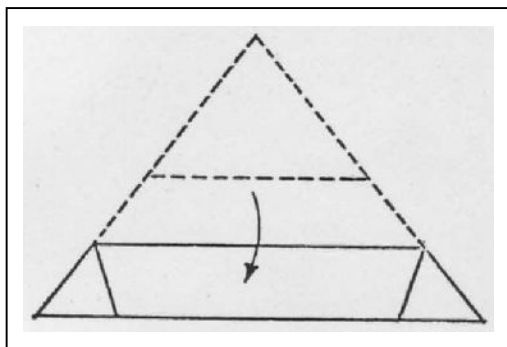


三角巾の名称

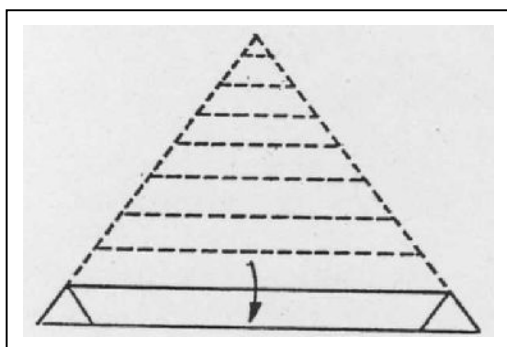
- たたみ三角巾



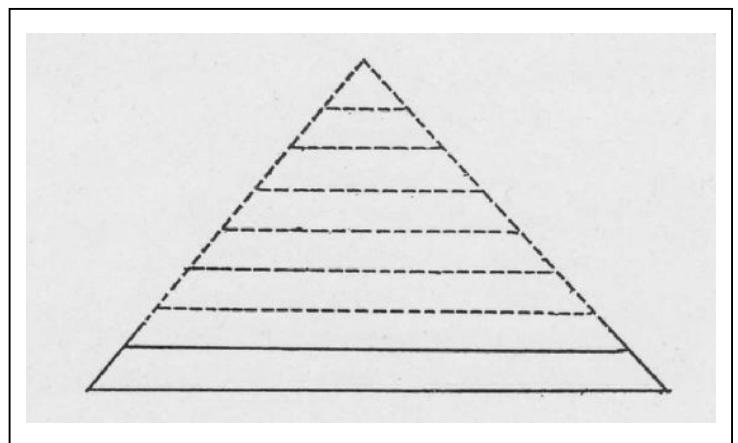
二つ折りたたみ三角巾



四つ折りたたみ三角巾



八つ折りたたみ三角巾

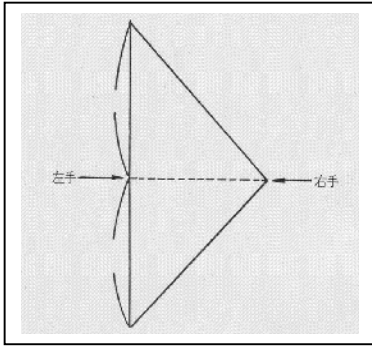


全巾

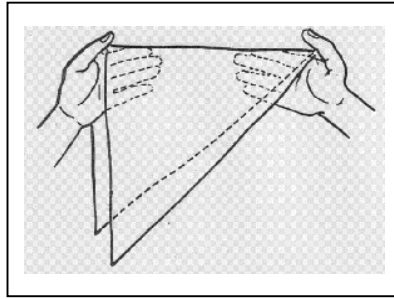
★ 使用上の注意事項

- たたみ三角巾は、創傷および部位に応じて適当な幅および大きさとし、創傷部上に結び目がこないように計画すること。
- 解きやすいように結ぶこと
- 結び目の位置は、創傷部上をさげ、かつ臥床時下にならないようにすること。

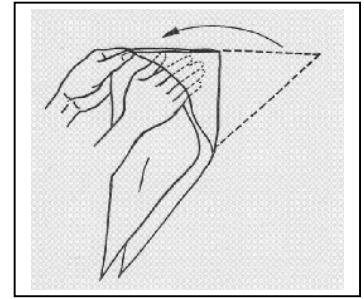
●折りたたみ三角巾の作り方



① 全巾基底部中央を左手で持ち、右手で頂点を持つ

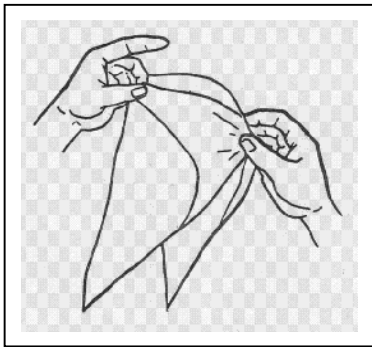


② 半巾を作る。この右手、左手ともに第1指を外側に出して、他の4指を三角巾の中に入れる

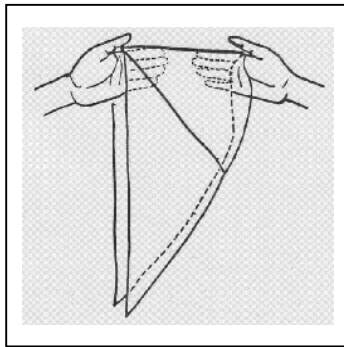


③ 右手を手前に折、左手と右手が合わさるようにし、左手の第1指で頂点を押さえる。

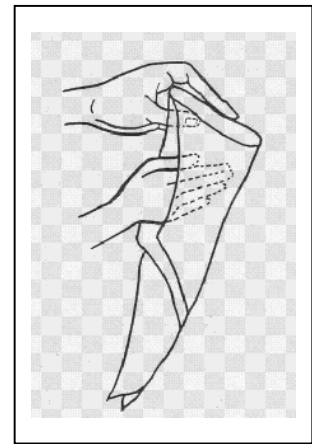
右手を手前1枚目と2枚目の間に入れ、折り目の頂点を持つ



④ 両腕を開いて開側を外に返し、2つ折のたたみ三角巾を作る

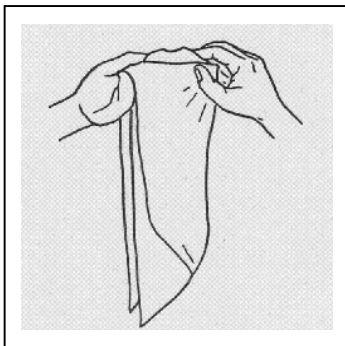


⑤ 2つ折にした後、右・左手とも第1指を外側に残し他の指を内側に入れる。

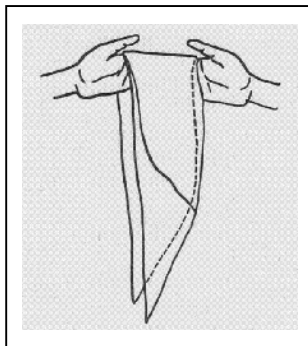


⑥ 右手側を手前に折り、左手と右手が合わさるようにし、左手の第1指で右手側の折り目の頂点を押さえる。

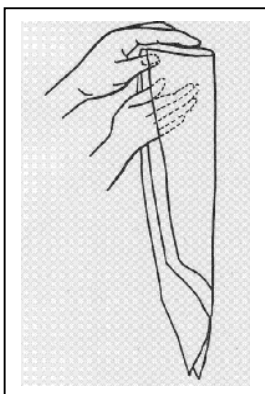
右手を手前1枚目と2枚目の間に入れ、折り目の頂点部をつまむ。



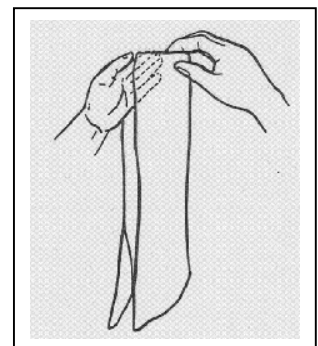
⑦ 両腕を開いて内側を外側に返して4つ折りのたたみ三角巾を作る。



⑧ 4つ折りにした後、右・左手とも第1指を外側にし、残り第2～5指を内側に入れておく



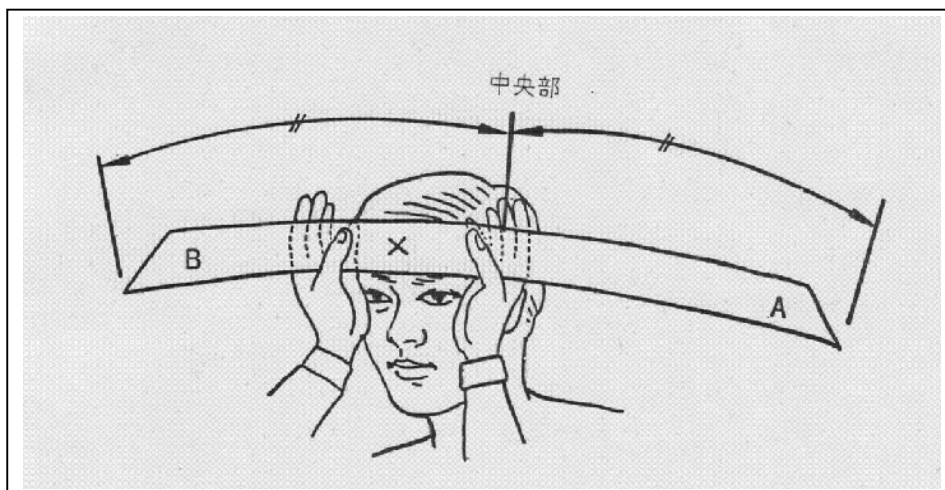
⑨ 右手側を手前に折り、左手と右手が合わさるようにし、左手第1指で右手側の折り目の頂点をおさえる。右手を手前1枚目と2枚目の間に入れて、折り目の頂点部をつまむ。



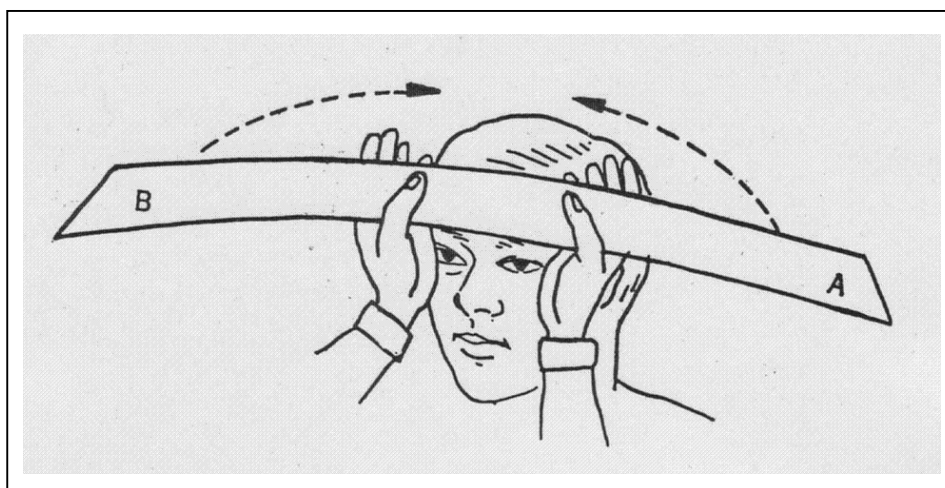
⑩ 両腕を開いて内側を外側に返して8つ折りのたたみ三角巾を作る。

● 圧迫包帯止血

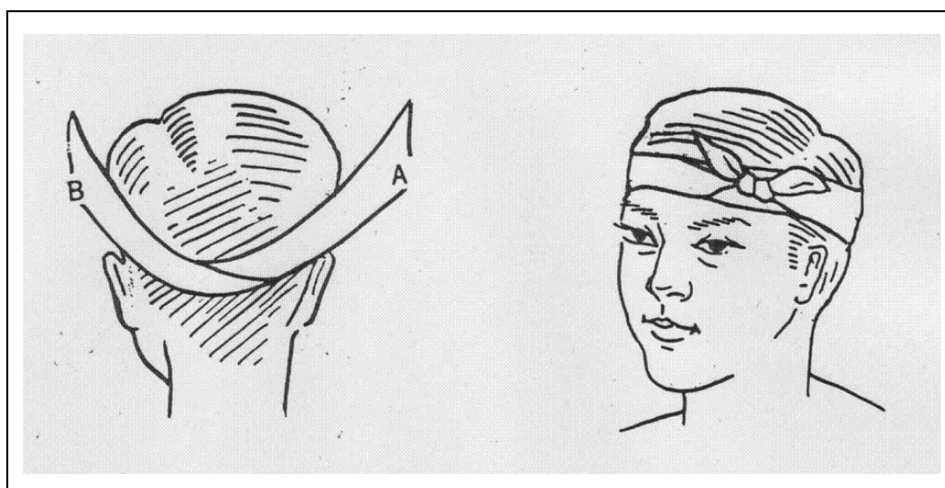
○ 前額部



- ① 8つ折りたたみ三角巾を準備する
- ② たたみ三角巾の基底部を外側とし、かつ下になるようにして、中央部を右（左）手指で持ち、左（右）手指で 15cm くらいの幅を保つように持って、その中央部を損傷部に当てる。

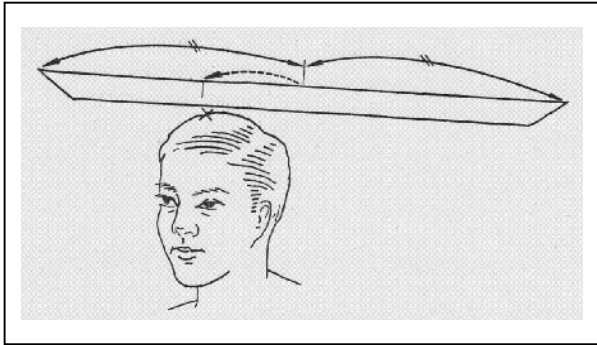


- ③ 眼瞼部上にたたみ三角巾の基底部がかかるように当てる。
- ④ たたみ三角巾で損傷部を適度に圧迫しながら両端を後方にまわし、後頭部で交差させる。

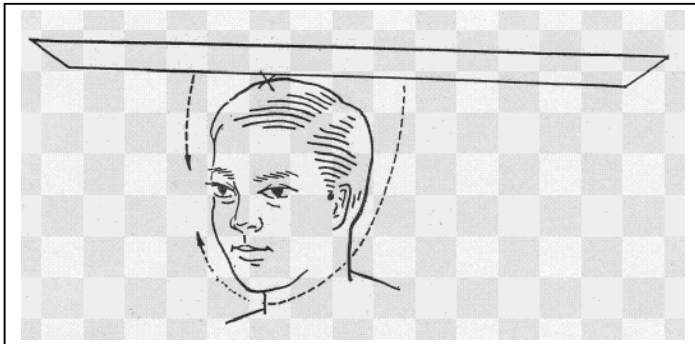


- ⑤ 後頭部の下で交差した両端を更に前方にまわして受傷部をさけて前額部で結ぶ。

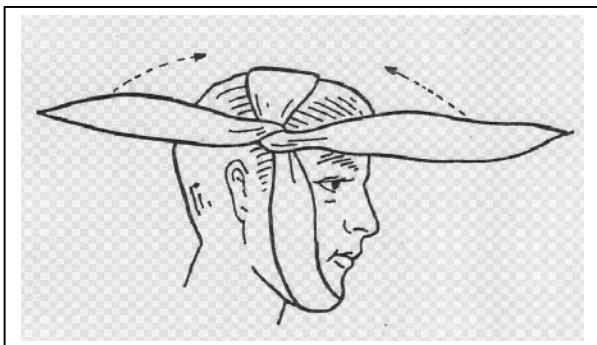
○頭部



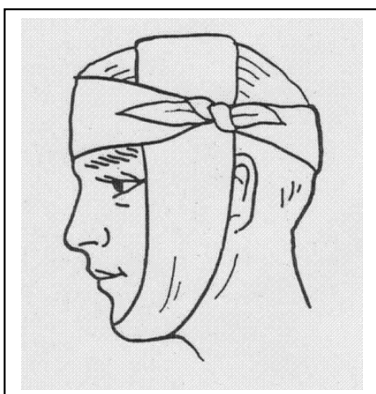
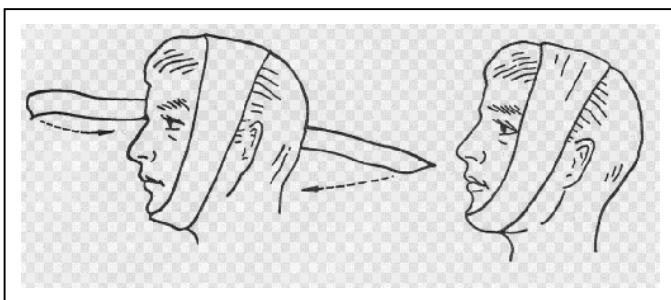
- ① 8つ折りのたたみ三角巾を準備し、たたみ三角巾の中央部を右（左）手指で持ち、左（右）手指 15cm くらいの幅を保って持ち頭頂部の受傷部に当てる



- ② 長いほうの端を頬を通して下顎にあて、適度に圧迫しながら、反対側の側頭部に回す

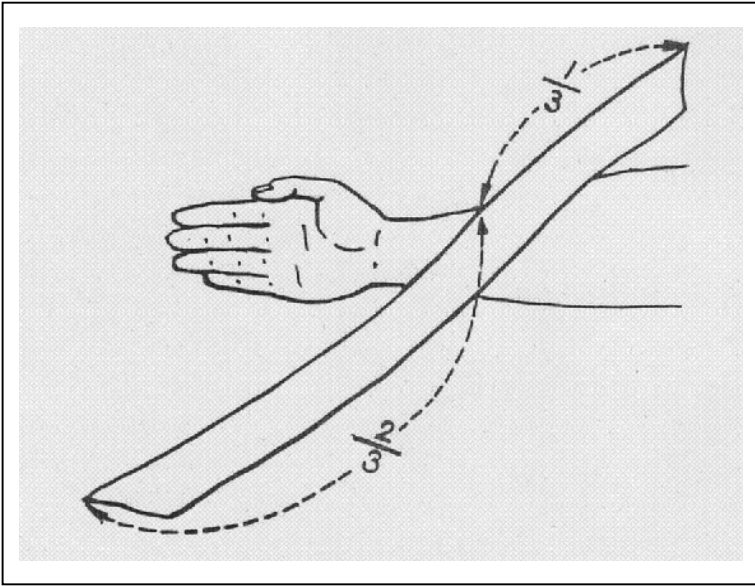


- ③ 両端を側頭部（耳介やや前方）で交差し、一端を前額部から反対側へ、他の一端を後頭部の下を通して反対側の側頭部へまわす。

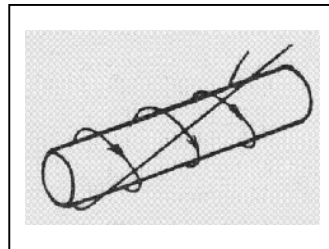
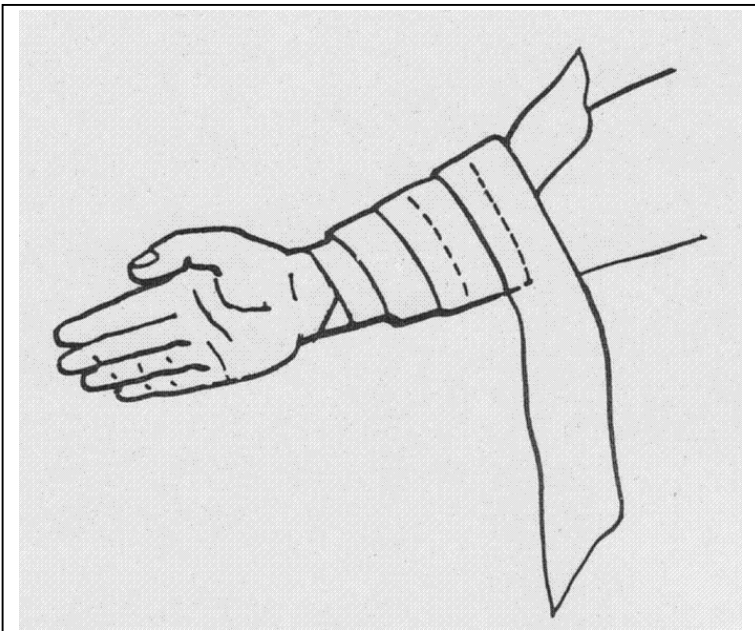


- ④ 両端を側頭部のたたみ三角巾上で結ぶ

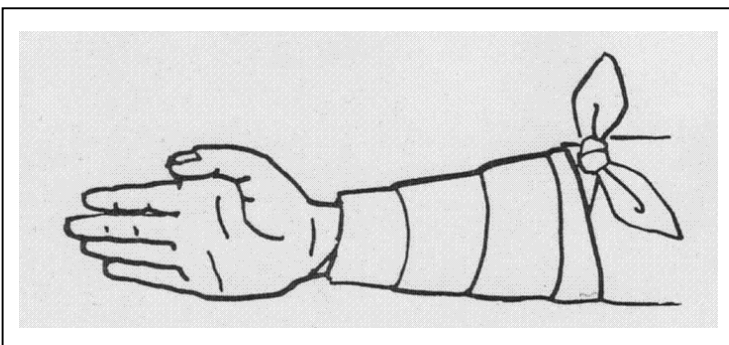
○四肢（前腕部、上腕部、下腿部、大腿部）



- ① 8つ折りたたみ三角巾を準備し、たたみ三角巾の前兆約3分の1の部分を創傷の上に斜めに当て、平手で十分におさえる。下肢の場合は、4つ折りたたみ三角巾を準備するとよい。



- ② 手部側にあるたたみ三角巾の端を持ち、適度に圧迫しながら上腕に向かって順次巻き上げる。重ね合わせた部分が開いて皮膚露出したり、ゆるんだりしないよする。



- ② 両端を結ぶ