

そのときどうする！？

①けがをした！

止血法

① 傷口を圧迫する(圧迫止血)

傷口に、ガーゼや清潔なハンカチなどを直接当て、強く圧迫する。



② 傷口を心臓より高くする

③ 止血帯を巻く

圧迫止血ができないときは、止血帯を巻く。巻き方は傷口より心臓に近い部分を、タオルやスカーフなどでかたく結ぶ。かたい棒などを結び目に差し込み回転させて、血が止まるまで締め上げたあとに固定する。

※止血帯を巻いた時間を書いておく。



※止血の処置を行うときは、感染防止のためゴム手袋、ビニール袋を利用し、血液にふれないようにするとよい。

骨折の疑いがある

① 動かさないようにして 傷や出血の処置を

骨折の見分け方

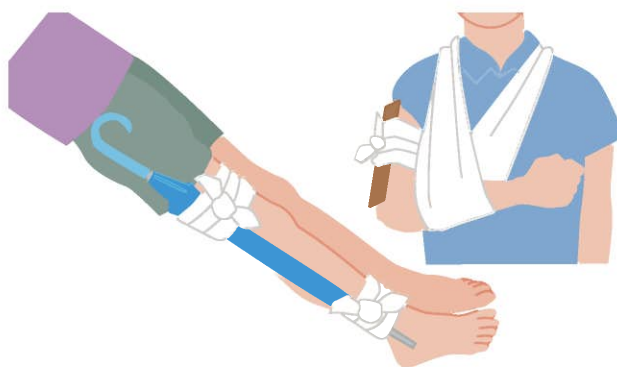
- けがをしたところが不自然に変形している。
- 腫れて、痛みが激しい。
- 骨が突き出ている。疑わしいときは、骨折したも_のとして処置を。

② 患部を固定する

副木(添え木)を当て、骨折した部分の上と下の間接を固定して、骨折したところが動かないようにする。手近で代用できるものを使う。

副木の代わりに、板、雑誌、傘、板きれが利用できる。三角巾の代わりに、山では木のつるなどひも状のものが利用できる。

③ 安静にして、早めに医療機関へ



やけどをした!

① 早く水で冷やす

できるだけ早く、やけどした部分を水で冷やす。痛みや熱さを感じなくなるまで十分冷やすのがコツ。

② 患部にガーゼを当てがう

冷やした後は、やけどした部分を清潔なガーゼ、または布などで軽く包み、その状態で医療機関へ。

③ 水泡(水ぶくれ)をつぶさないように

水ぶくれは、やけどの傷口を保護する役割があるので破れないように気をつける。

ポイント 手足のやけどの冷やし方

流水を直接当てると刺激が強すぎる場合、流しっぱなしの水道の下に洗面器などを置き、そこに浸ける。



ポイント 衣服を着ているときの冷やし方

衣服を着たままの状態でも冷やす。そして、水をかけながら注意して脱がす。脱がせにくい場合は、はさみで衣服を切る。また皮膚がゆ着している場合は無理にはがすのはやめる。

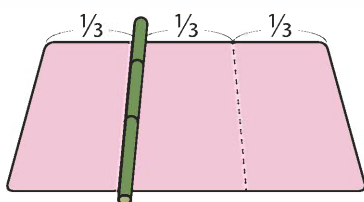


②倒れた人がいた!

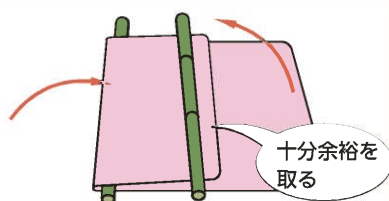
担架の作り方

毛布と棒2本で作る

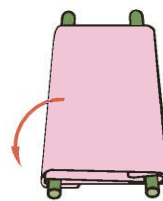
① 毛布を広げて3分の1の幅に棒を置く。



② もう1本を図のように置く。



③ 反対側を折り返す。



衣服と棒2本で作る (上着5枚程度)

① 相手に棒を2本持ってもらい衣服を脱がせる。



② 3~4人で繰り返す。

