

# いざというときのための応急手当

おう きゅう て あて

## 出血がひどかったら

### 止血法

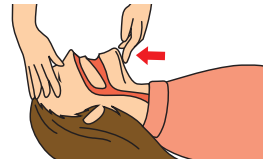
- ① 傷口を圧迫する(圧迫止血)  
ガーゼなどを出血している箇所に直接あてがって、失血を防ぎましょう。
- ② 傷口を心臓より高くする
- ③ 止血帯を巻く  
圧迫止血ができない場合は、傷口より心臓に近い箇所に止血帯を。



## 意識がなかったら

### ① 気道の確保

舌根が気道をふさぎ呼吸ができなくなるのを防ぐため、呼吸をするときの空気の出入りする道(気道)を確保しましょう。



## 骨折の疑いがあったら

### ① 動かさないようにして、傷や出血の手当を

骨が突き出たり、腫れや痛みが激しい場合は、骨折の恐れがあります。



### ② 患部を固定する

骨折箇所がずれないようにしましょう。



### ③ 安静にして早めに医療機関へ

## 呼吸がなかったら

### 人工呼吸

#### ① 息を吹き込む

気道を確保し、口のまわりからもれないように、息を吹き込みましょう。



#### ② 口を離し、胸の動きを確認

口を離れたときに胸が沈めば成功です。



#### ③ 最初に2回。以後は5秒に1回ずつ

吹き込む量は、胸がふくらみ、胃がふくらまないように。



## 火傷をしたら

### ① 早く水で冷やす

できるだけ早く、痛みや熱さを感じなくなるまで、やけどした箇所を水で冷やしましょう。

#### ■ 手足の火傷の冷やし方

なが流しっぱなしの水道の下に洗面器などを置き、患部を冷やしましょう。

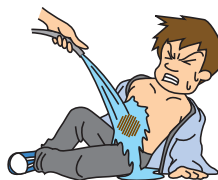


#### ■ 衣類を着ているときの冷やし方

衣服を着たままの状態でするのが鉄則。脱がず場合は、細心の注意を。

### ② 患部にガーゼを当てがう

冷やした後は、患部を清潔なガーゼで包み、医療機関へ行きましょう。



### ③ 水疱(水ぶくれ)をつぶさないように

火傷をした際にできる水疱(水ぶくれ)は、破ると感染を起こしやすくなるので、つぶさないように。

## 意識、呼吸がなかったら

### 心臓マッサージ

#### ① 準備

平らな場所におおむけに寝かせ、救助者は両膝立ちの姿勢で。



#### ② 圧迫

ひじを伸ばし、胸全体が4~5cm沈むように胸骨を押しましょう。



#### ③ 繰り返す

1分間に100回を下回らないリズムで繰り返す。

### 人工呼吸と心臓マッサージ

#### ① 人工呼吸と心臓マッサージの組み合わせ方

気道を確保した後、人工呼吸を2回、心臓マッサージを30回という動作を繰り返しましょう。



#### ② 2人で行うとき

1人が人工呼吸、もう1人が心臓マッサージを担当し、繰り返します。