



知っておこう！ケガの初期対応



まず、確認してください！

呼吸

呼吸をしているか、苦しそうか(会話できる、肩で呼吸、不規則な呼吸)、呼吸数の計測

循環

脈の触知や皮膚の温かさ、血圧や心拍数の計測

意識

意識の有無(呼びかけに反応するか、痛み・刺激に反応するか、何も反応しないか)

外表の異常

出血や大きな傷の有無

見た目(呼びかけへの反応、呼吸の仕方、顔色)は？

反応なし・呼吸なし

心肺蘇生

何か異常がある

状態が悪い…救急要請(応援を呼ぶ)、継続して呼吸、循環、意識、外表の評価と処置を行う

全く問題ない

局所の評価



初期対応の基本、間違ってますか？

傷は洗浄

水道水で良いので洗浄し、見える限りの異物を取り除く。消毒は不要！

出血は圧迫

タオルやガーゼで出血部位を数分間圧迫する。

打撲は動かさない

三角巾やタオルなどを利用して固定。できれば冷やす。

やけどは冷やす

水道水で受傷部位を冷やす。

鼻血は圧迫止血

まず落ち着かせ、座らせる。

親指と人差指で両鼻の軟らかい部分を鼻柱に向かって指で押さえつけるようにつまむ。

喉に垂れ込んだ血液は飲み込まずに吐き出させる。

頭を打った

一過性でも意識消失があったら直ちに病院へ。

1～2時間経過しても活気がない、不機嫌、いつもより激しい泣き方なら病院へ。

知っておくと
使えますよ！

