

# 応急手当について



応急手当とは、救急隊が到着するまでや病院を受診する前などに、現在発症している症状の悪化を防ぐために行う、応急的な手当のことを言います。この行為は、特別な資格などは必要ないため、「何かがあった時に対応できる基本的な知識・技術」として知っておくと有事の際に動くことができるようになります。また、応急手当の知識を得るだけではなく、実際に訓練を行うことで技術が身につきます。自分の目の前で何か起きたときに、勇気を持って対応できるように、応急手当の基本を覚えておきましょう。



## 応急手当を行う時の注意点

○できる限り一人では行わず、助けを呼ぶようにする

…応急手当を行う時は、大声で助けを呼び周囲で協力してくれる人を探しましょう。協力者に、救急車の手配や応急手当の補助をもらうことで、より迅速で的確な手当てを行うことができます。

○周囲の安全(二次災害の危険性)に留意する

…安全を確認せずに負傷者に駆け寄ってしまうと、助けようとした人自身が負傷してしまう可能性があります。けがをしている人、倒れている人を発見した時は、すぐに近寄らずに周りに危険な物がないかを確認してから接触するようにしましょう。

## 《基本的な応急手当》



### 1 止血法

けが等で急速に多量の出血が生じると、体内の血液が失われ、循環血液量減少性ショックという重篤な状態になり、最終的には死に至る場合もあります。そのため、出血の量が多いほどより迅速に止血を行う必要があります。基本的に止血をする時は、直接圧迫止血法を行います。直接圧迫止血法とは、出血している部位に清潔なタオルやガーゼ等を直接当てて止血する方法です。止血する時は、出血が止まるまで強く出血部位を押さえておくようにしましょう。この止血法は最も有効な止血法とされており、ほとんどの出血がこの方法で止血できます。また、止血を実施する人は、感染防止のため、ビニール袋やゴム手袋等、直接血液に触れないように注意しましょう。

#### 直接圧迫止血法

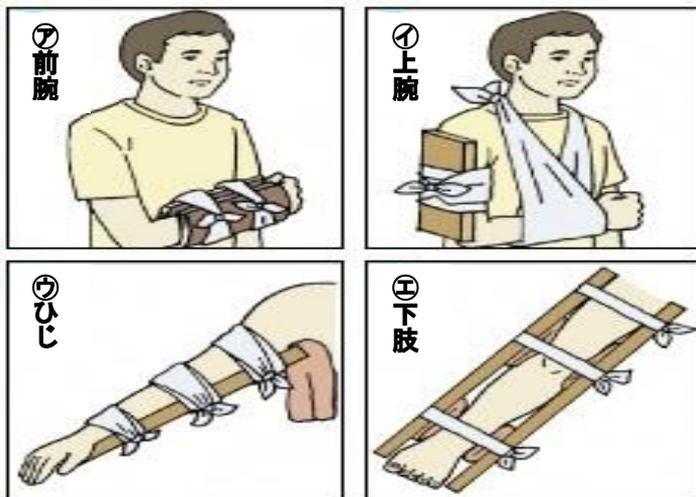


※出血が止まらない時は、圧迫が弱い可能性があります。出血が止まるまで確実に圧迫しましょう。

負傷部位に直接タオルやガーゼを当て、強く押します。

## 2 骨折の固定法

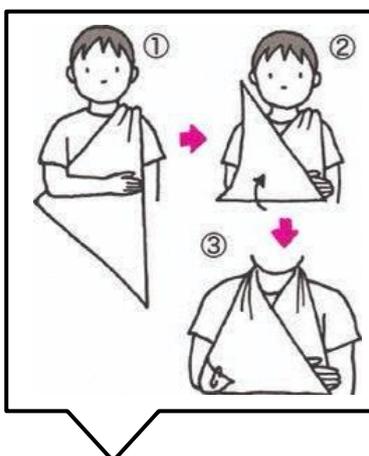
負傷部位の激しい痛みや腫れ、変形していると骨折している可能性があります。骨折をしている場合、無理に元の状態に戻そうとすると、強い痛みが生じます。この場合、無理に元の状態に戻そうとせずに、協力者がいれば骨折している部位を支えてもらい、骨折している人自身で支えられるようであれば、自ら支えてもらい、骨折している部位に添え木等の長さのある硬いものを当て、三角巾等で固定しましょう。



左の図のように、骨折箇所に合わせたサイズの添え木等を骨折箇所に当て、三角巾等の縛れるもので、動かないように固定しましょう。

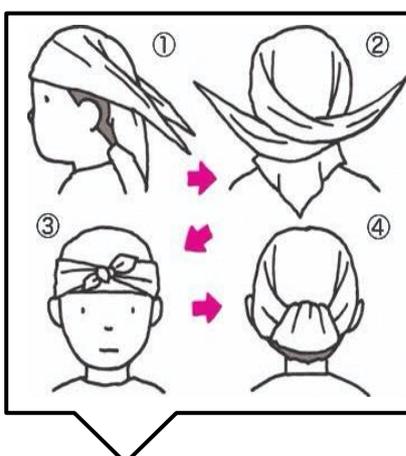
## 3 三角巾を用いた包帯法

### ■腕の固定



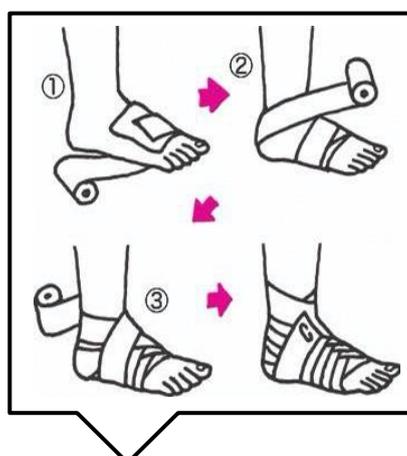
骨折の固定後、腕の動きを抑制する為に行います。

### ■頭部の止血



頭部の出血、保護を行う時に行います。

### ■足の固定



捻挫など足を負傷し、足の動きの抑制が必要な時に行います。

## ◇災害時に使える救急グッズ

応急手当は、必ず決められたものを使用しなければならない訳ではありません。皆さんの日常生活で使うような日用品で代用することができ、これは災害が発生した時にも役立ちます。

〔 例えば・・・新聞紙、雑誌など(丸めて骨折時の固定として代用)  
ネクタイ、ストッキング、ラップなど(包帯の代用) 〕

上記のもの以外にも、皆さんのアイデア次第で代用できるものはたくさんあります。地域の皆さんでアイデアを出し合って、災害に強い地域にしていきましょう。