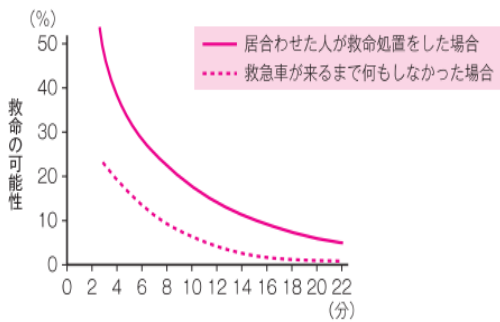


## もしもの時の救急処置

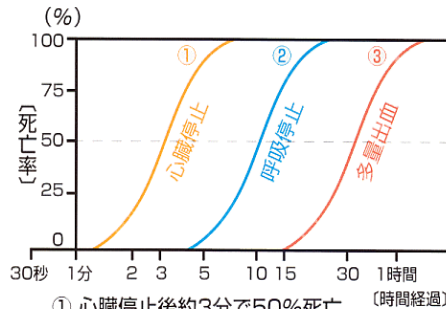
2023年 Vol.173

救急事故が発生した時、近くに居合わせた人が、適切な応急手当を迅速に行うことで、助かる命があります。しかし、現場に救急車が到着するまでの時間内に必要な処置や手当が施されずに放置される事例が少なくありません。救急処置は事故や病気の内容によって対応が様々です。今回は救急処置が必要な事例の対応方法についていくつかご紹介します。

### ◆心肺蘇生法～倒れている人を見つけたら～◆



心臓が止まってから救急隊による電気ショックまでの時間 (心室細動例)



- ① 心臓停止後約3分で50%死亡
- ② 呼吸停止後約10分で50%死亡
- ③ 多量出血後約30分で50%死亡

心臓や呼吸が止まった人は、その後約10分間に救命率が急激に低下します。救急車が来るまでの対応で救える命があります。



出典: 救急蘇生法の指針 2020 (市民用) 厚生労働省

- 1 安全の確認**  
周囲の安全を確認する。
- 2 顔をたたいて意識の確認**  
傷病者の顔と救助者の顔があまり近づきすぎないようにする。
- 3 助けを呼ぶ**  
119番を!! AEDを!!
- 4 呼吸の確認**  
胸と腹部の動きを見て、呼吸の確認をします (10秒以内)  
わからない時は胸骨圧迫を開始  
傷病者の顔と救助者の顔があまり近づきすぎないようにする
- 5 胸骨圧迫**  
胸が約5cm沈む程度の強さで、1分間に100回から120回のテンポで押します  
感染症の疑いがあるため  
ハンカチやタオルなどがあれば傷病者の鼻と口にかぶせる。マスクや衣類等でも代用可
- 6 AEDで電気ショック**  
体から離れてください

30回の胸骨圧迫 2回の人工呼吸

◆成人に対しては人工呼吸は実施せず胸骨圧迫だけを続ける

◆子どもに対しては、技術と意思があれば胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す

**救急隊に引き継ぐまで心肺蘇生を続けましょう**

◆救急隊に引き継いだあとは、速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う  
傷病者の鼻と口にかぶせたハンカチやタオル等は、直接触れないようにして廃棄するのが望ましい

## ◆外傷の応急手当～すり傷・切り傷～◆

怪我をしたら「消毒～絆創膏～しっかり乾燥」このような処置をしていませんか？  
かつては常識だった処置が今は間違いです。

傷の治療は①まずは水で洗う。②創傷被覆材（ハイドロコロイド材）を貼る。

この処置で傷を早く、かさぶたを作らずに治すことができます。

創傷被覆材がない場合も傷口は極力乾燥させないようにしましょう。

傷跡から出る液体は膿（うみ）ではありません。傷を治すための体の反応なので、乾かさないようにしてください。黄色い液が出てきた場合は化膿しています。その場合は消毒や受診をしましょう。



## ◆止血～直接圧迫止血法・間接圧迫止血法～◆

「直接圧迫止血法」…切り傷等の出血に有効です。出血部位を清潔なガーゼや布で強く押さえるか、その周囲を包帯で強く巻き、心臓より高く上げるようにしましょう。片手の圧迫で止血できないときは、両手を使うか体重をかけて圧迫します。

「間接圧迫止血法」…出血が激しく続いているとき、ガーゼや包帯を準備する間など直接圧迫止血法をすぐに行えない場合の応急処置として実施します。傷口より心臓に近い動脈を手や指で圧迫して、血液の流れを止めて止血を行います。

なお、止血の際は、血液からの感染防止のために、手にビニールを被せて行いましょう。

## ◆打撲・捻挫・骨折◆

打撲・捻挫の処置はR.I.C.E.（ライス）と覚えましょう。

R e s t .....安静にする（動かさない）

I c e .....冷やす（腫れを抑え、痛みを和らげる）

C o m p r e s s i o n .....圧迫する（伸縮性の包帯などを巻き、患部を圧迫する）

E l e v a t i o n .....上に挙げる（血腫の形成を最小限に抑える）

痛みが激しい場合や極度の変形、大きな傷があれば骨折・脱臼の可能性があります。

患部を布またはラップ等で固定し病院を受診しましょう。



## ◆やけど◆

1.流水で十分に冷やす。冷やす時間は約15～30分。

顔など流水で冷やしにくい部位は水でぬらしたタオルなどを交換しながら冷やす。

衣服の上からやけどをした時はまずそのまま冷やす。

水疱（水ぶくれ）は破らない。

2.患部を清潔に保つ。

冷やした後はラップで覆うか、清潔なタオルや布で保護してから病院へ行く。

やけどをすると患部が腫れてくるので、腫れる前に指輪など装身具は早めに除去する。

