

けがをした時の応急手当

◇ 出血時の止血法(直接圧迫止血法)

1. けがなどで出血が多い場合には、できるだけ早い止血が必要です。出血部位(血の出ているところ)を確認し、ハンカチやタオルを当ててその上から手で押さえます。
2. 止血を行う際には、感染予防のため傷病者の血液などに直接触れないように、ビニール手袋や手袋の代わりにレジ袋などのビニール袋を使用してください。



◇ 捻挫、打ち身(打撲)、骨折

1. 捻挫や打ち身(打撲)は、冷却パック・氷水などで冷やします。けがをした部位の冷却は内出血や腫れを軽くします。
2. けがで手足が変形している場合は骨折が強く疑われます。変形した手足を固定することで、移動する際の痛みを和らげたり、さらなる損傷を防ぐことができます。固定には、添え木、新聞紙、段ボール等を当て、三角巾などで固定します。
3. 変形した状態を元に戻す必要はありません。

