



### 応急処置を知って備えよう(part2)

先月号から引き続き、応急処置について載せていきます。

#### 打撲・ねんざ

##### <応急処置>

- ・動かさないようにして、氷のうなどで冷やす。弾力のある包帯で患部を巻き、患部が心臓よりも高くなるように持ち上げる。
- ・Rest (安静)、Ice (冷却)、Compression (圧迫)、Elevation (挙上) の頭文字を取って「RICE」と覚えよう。



#### 整形外科へ

- ・腫れや痛みがひどい
- ・しびれがある
- ・変形している
- ※ねんざと思っている場合も骨折している場合もあるので注意！

#### 救急車を呼ぶ

- ・頭を打ち、嘔吐やふらつき、麻痺などの症状がある



#### 耳や鼻に異物が入った

##### <応急処置>

- ・無理に取り出さない。
- ※鼻に入った異物は気管に入り窒息する恐れがある。
- ・虫の場合は、光を当てると出てくることもある。

##### <受診が必要な場合>

- ・耳に異物が入った時は、日中の受診でOK。
- ・鼻に異物が入って取れない時は、時間外であっても受診を。
- ・ボタン電池の場合は短時間で体内を腐食させるので緊急で受診を！！

#### 耳鼻科や救急外来へ



#### 虫に噛まれた

##### <応急処置>

- ・流水でよく洗う。
- ・針が残っている場合は取り除く。  
※蜂の毒袋が付いている場合はつぶさずに針の部分ピンセットでつまんで抜く。
- ※マダニの場合はダニの体の一部が残ることがあるので病院で除去してもらう。
- ・痒みがある場合は市販のかゆみ止めを塗ってもよい。



#### 皮膚科へ

- ・蜂、ムカデ、マダニに噛まれた
- ・腫れや痛みが強い
- ・発熱がある



#### 救急車を呼ぶ

- ・息苦しさや喉に違和感がある
- ・腹痛や繰り返す嘔吐する
- ・意識の状態が悪くなる
- ・傷口以外に、全身に蕁麻疹が広がってきた

#### 熱性けいれん

##### <応急処置>

- ・全身をばたつかせていても押さえ込まずに、ケガの予防に努める。
- ・体を横向きにして、上側の手は甲を上にして患者の頬の下に差し込み、上側の足は膝を直角に曲げて前に出す体勢(回復体位)にする。
- ・口に指やタオルなどを入れない。
- ・顔色、目の向き、けいれんの部位・動き方何分間けいれんが続いたか、けいれん後意識がもうろうとしていないかを観察する。

#### 救急科や小児科へ

原則、けいれんを起こした場合は病院を受診する。



回復体位

#### 救急車を呼ぶ

- ・5分以上のけいれん
- ・けいれんが1日に2回以上ある
- ・体の片側のみがけいれんしている
- ・けいれんが治まっても意識が戻らない
- ・頭を打った後にけいれんした