

2010年9月



いざという時の 応急処置

9月9日は救急の日、9月5～11日は救急医療週間です。

救急医療に関する国民の知識及び技術の水準をより向上、充実させるため、医療関係団体・民間団体が協力をして、救急医療に関する普及啓発を図ることを目的として、厚生労働省と総務省消防庁は「救急の日(9月9日)」と「救急医療週間」を設定し、地方公共団体、日本医師会、日本救急医学会及び全国消防長会と協力して毎年共催事業を行い、救急医療関係者の意識の高揚を図るとともに、救急医療及び救急業務に対する国民の正しい理解と認識を深めるための活動を行っています。

今回は、日常的に起こりやすい「けが」「やけど」「頭を打つ」の対処法について紹介します。

けがの対処法

思わぬけがで多量に出血すると、血を見ただけで動転してしまうことも少なくありません。あらかじめ応急処置の方法や医療機関を受診する目安を知っておき、いざという時に実践できるようにしましょう。



浅い傷

血がにじむ程度の浅い傷の場合は「流水で洗う」「水気をとる」「傷口を保護する」の順番で対処します。

まず傷口を流水で洗い流し、そのあと自然乾燥させて適度に水気を取り、清潔なガーゼやハンカチなどを傷口に当てて保護します。傷口に小石や砂など異物が入り込んでいる場合は、流水で洗い流すかピンセットなどを使って取り除きます。ただし、取り除きにくい場合は無理をせず、傷口を覆ったまま医療機関を受診して下さい。

深い傷

傷が深く多量に出血している場合は「傷口を確認する」「流水で洗う」「直接圧迫（止血）する」の順番で対処します。

まず傷の深さと、傷口に白い脂肪や筋肉などが見えないかなどをよく確認します。次に傷口をきれいな流水で洗い流し、止血します。止血は清潔なガーゼや布を厚めに重ねて傷口に当て、その上から指や手のひらでしっかり押さえて圧迫します。圧迫する時間は10分程度です。

医療機関を受診する目安

- ・多量に出血する 動脈を傷つけたりして、ドクドク、またはピューっと出血している場合
- ・出血が止まらない 10分以上傷口を圧迫しても出血が止まらない場合
- ・傷が深い 傷口から脂肪や筋肉が見えている場合

やけどの対処法

やけどをした場合は、まずやけどの深さと広さを判断します。やけどはその深さによって3つの段階に分けられます。

- ・ **軽い** 皮膚の表面が赤くなり、痛んだり腫れたりする（日焼けもこれに含まれる）
- ・ **中程度** 水ほう（水ぶくれ）ができ、痛んだり腫れたりする
- ・ **重い** 患部は黒色や白色になり、痛みは感じない。（やけどが皮下組織にまで達し、神経、筋肉、脂肪組織まで損傷を受けています。）

やけどをしたら、すぐに弱めの流水で患部を10分以上冷やします。顔や体などの場合は、水でぬらしたタオルを当て、タオルを適宜交換します。衣服を着た部分にやけどをした場合は、無理に脱がさず、衣服の上から水をかけて冷やします。

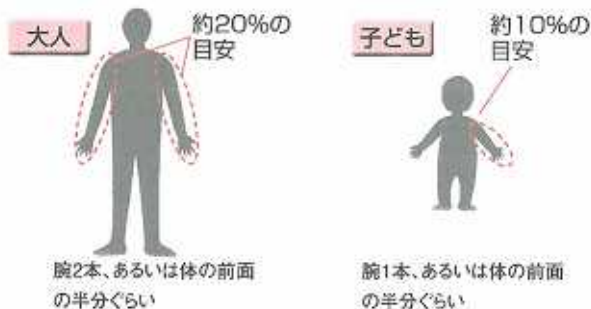
なお、水ぶくれを破ると細菌感染することがあるので、水ぶくれは自分で破らないようにします。

医療機関を受診する目安

やけどの深さが中程度以上、あるいはやけどの範囲が、子どもなら10%以上、大人なら20%以上の場合です。

● 範囲

やけどの範囲が、子どもなら体表面の10%以上、大人なら20%以上の場合には医療機関を受診する。



頭を打った場合の対処法

小さな子どもは、体の中で頭の比率が大きく重いうえ、バランス感覚が十分に発達していないため、転びやすく頭を打つことがあります。また、高齢者の場合は筋力の衰えなどから転んで頭を打つことがあります。

子どもの場合、頭を打っても、元気だったり、直後に泣き出してもその後は食欲もあるなど、普段と変わらない様子ならばほとんど心配はいりません。しかし、後で頭蓋骨の内部で出血することもあるので、念のため24時間は注意深く様子を見守るようにしましょう。

高齢者の場合も半日ぐらいは「1人にならない」「常に誰かと連絡が取れるようにしておく」などの注意が必要です。飲酒をすると症状が出たのか分かりにくい場合があるので、飲酒は控えましょう。また、1～2ヵ月後に麻痺が起こることもあるので「歩き方がおかしい」「箸がうまく持てない」などの症状が起こったら、頭を打ったことを関連づけて考え、受診して下さい。

次のような症状が現れた場合は、すぐに受診しましょう

- ・激しい頭痛 ・嘔吐 ・けいれん ・意識がない
- ・ろれつが回らない ・手足のしびれがある ・手足が動かみにくい

(healthクリック / きょうの健康 2010.7月号 参照)

あると便利な救急セット

- ガーゼ
- ばんそうこう
- 包帯
- ガーゼ付きばんそうこう
- ピンセット
- はさみ など



オーロラ薬局

TEL 019-635-1233

FAX 019-635-4555

オーロラ薬局 沼宮内店

TEL 0195-61-3883

FAX 0195-62-6868

オーロラ通信はホームページでもご覧になれます。

<http://www.iwate-aurora.com/>