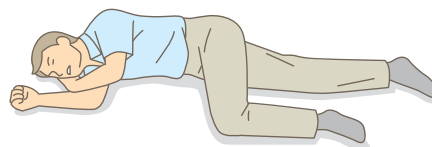


# 応急処置マニュアル

災害時は、ふだんのように救急車がかけつけられないことも考えられます。こうした場合にそなえて、少しでも役立つ応急手当の知識を身につけておきましょう。

## + 倒れている人を発見したとき



### ①反応の確認

「大丈夫ですか?」「もしもし」と声をかけながら、肩を軽くたたきます。体をゆすったり、首を大きく動かさないようにします。

### ②大声で叫び応援を呼ぶ(119番通報とAEDの手配)

「誰か来て下さい!人が倒れています!」などと、大声で叫んで注意を喚起します。

### ③119番通報をしてAEDの手配をする

協力者がいれば、119番通報とAEDの手配をします。協力者がいない場合は、まず自分で119番をします。

### ④呼吸をみる

普段どおりの呼吸があるかどうかを観察する。胸と腹部が動いていなければ呼吸が止まっていると判断します。

### ⑤胸骨圧迫を行う

ただちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行う

**強く**(成人は約5cm、小児は胸の厚さの約3分の1)

**早く**(1分間に100~120回)

**絶え間なく**(中断を最小にする)

- ・人工呼吸ができる場合は30:2で胸骨圧迫に人工呼吸を加える。
- ・人工呼吸ができないか、ためられる場合は胸骨圧迫のみを行う。

### ⑥人工呼吸を行う

胸骨圧迫を30回続けたら、気道確保をして、人工呼吸を2回行います。

#### (1)気道確保

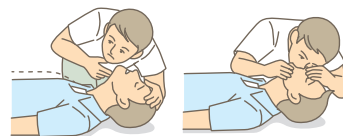
片手で傷病者の額をおさえながら、もう一方の手の指先を傷病者のあごの先端、骨のある固い部分にあてて持ち上げます。

#### (2)人工呼吸

気道確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみます。傷病者の口を自分の口で覆い、1秒かけて吹き込み胸が軽く膨らむのを確認します。

これを2回行います。(成功失敗にかかわらず2回)

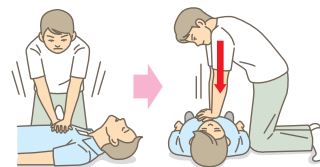
終わったらすぐに、胸骨圧迫にうつります。



### ⑦胸骨圧迫と人工呼吸の繰り返し(心肺蘇生法)

①30回の胸骨圧迫が終わったら、人工呼吸を2回行います。

②この胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせ(30:2)を救急隊が到着するまで繰り返します。



## ♥ AEDの使用方法

### 1 電源

AEDが到着したら、まず電源を入れる。

### 2 パッドを胸に貼る

音声メッセージにしたがって、電極パッドを胸に貼る。

### 3 心電図解析

電気ショックの必要性をAEDが判断するので、心電図解析中は誰も傷病者に触れないようにする。

### 4 ショックボタンを押す

ショックが必要な場合、誰も傷病者に触れていないことを確認したら、「ショックボタンを押してください」という音声指示にしたがって、点滅しているショックボタンを押す。

### 5 心肺蘇生を再開

ショックを実施した後、直ちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開する。

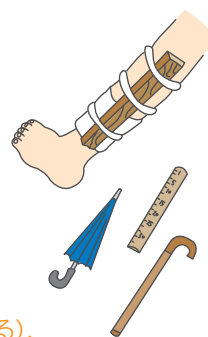
## + ケガの手当て

### 骨折

1. 出血している場合は、その手当てをする。
2. 副子を当て、痛くない位置で固定する。副子は骨折部分の上下の関節より長くする。
3. 骨が突き出しているときは、その上に清潔なガーゼか布を当て、シーツなどでくるむ。

#### 副子とは?

棒や板、かさ、ステッキ、段ボール、新聞紙、雑誌(固く折り曲げる)、毛布などで、骨折部分を動かさないように固定できるもの。



### やけど

1. 水道水などのきれいな流水で患部を十分に冷やす。
2. 水ぶくれは破らないようにする。
3. 消毒ガーゼかきれいな布を当て、包帯をする。



### キズ

1. じかに血液に触れないようにビニール、ゴム手袋を利用する。(スーパーの袋などでもよい)。
2. 出血しているところを完全におおえる大きさの清潔なガーゼや布でやや強く押さえ、止血する。
3. 患部を清潔に保ち、包帯などを巻く。



### 備えておきたい 応急手当用品

- |                                 |                              |                                |                               |                               |
|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 三角巾    | <input type="checkbox"/> 包帯  | <input type="checkbox"/> ピンセット | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 創面消毒 |
| <input type="checkbox"/> 滅菌ガーゼ  | <input type="checkbox"/> 体温計 | <input type="checkbox"/> 消毒石けん | <input type="checkbox"/> 冷却剤  | <input type="checkbox"/> ゴム手袋 |
| <input type="checkbox"/> ばんそうこう | <input type="checkbox"/> はさみ | <input type="checkbox"/> 収納かばん | <input type="checkbox"/> 安全ピン | <input type="checkbox"/> マスク  |