

いざという時の 応急処置

指を切った！

応急処置の手順

- 1 水道水で
傷口をよく洗う

消毒液は
使用しなくて
よい



- 2 清潔なガーゼで
圧迫止血する

傷口部分を
10 分程度圧迫



- 3 傷口を覆って
適度に湿度を保つ

ハイドロコロイド素材の絆創膏で
しっかりと傷口を覆って乾燥を避ける



2～3 日に 1 回
傷口を流水で洗って
貼り替える

受診の目安

こんな時は
早めの受診を



- 勢いよく血が出る
- 傷口が深く大きい
- 汚いものでケガをした
- 血を固まりにくくする薬を服用している

こんな時は
救急車を



- 大量に出血している
- 圧迫止血をしても止まらない

1時間以上圧迫止血をしても出血がおさまらない場合や、手首に近い場所を切って大量に出血している場合は、急を要します。救急車を呼びましょう。

やけどをした！

応急処置の基本



水道の流水や
氷水で冷やす

服は無理に
脱がない

水ぶくれを
破らないようにする

すぐに患部全体を冷やすのがポイント
痛みが消えるまで十分に冷やす
(多くの場合、5～10分程度かかる)

やけどの範囲が広いときは
シャワーを活用する

受診の目安

こんな時は
早めの受診を

●水ぶくれができています

水ぶくれは、比較的深いやけどで起こるため、早く治すには医療機関を受診して治療を受けた方が良いでしょう。

●広範囲のやけど

やけどの範囲が広いと、全身状態が悪化しやすく、命に関わるとこともあります。

●基礎疾患がある

免疫力が低下していることがあり、やけどから細菌感染がおこる可能性があります。



●顔や手のやけど

顔は皮膚が薄く、やけどが深くなることが多い。手指のやけどは、深くなると手指の機能に支障が出ることもある。

●子どもや高齢者のやけど

子どもや高齢者は皮膚が薄く、やけどが深くなったり、広がりやすいため重症化しやすい。

日焼けのケア

日焼けした皮膚は、軽いやけどが起こっているのと同じような状態です。
そのままにせず、しっかりとケアをしましょう。



1

まずは、
ほてった肌を
冷やす。

2

肌が乾燥しないように、
化粧水やワセリンなどで
保湿する。

3

スポーツ飲料など体に吸収されやすい
飲み物(エネルギー量は低いもので良い)を
飲み、体内の失われた水分を補給する。