# 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

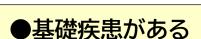
# 受診の目安

こんな時は 早めの受診を

●水ぶくれができている

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。 ●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、 命に関わるとこもある。



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る。



●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がある。

●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。