

ほけんだよい 応急処置号

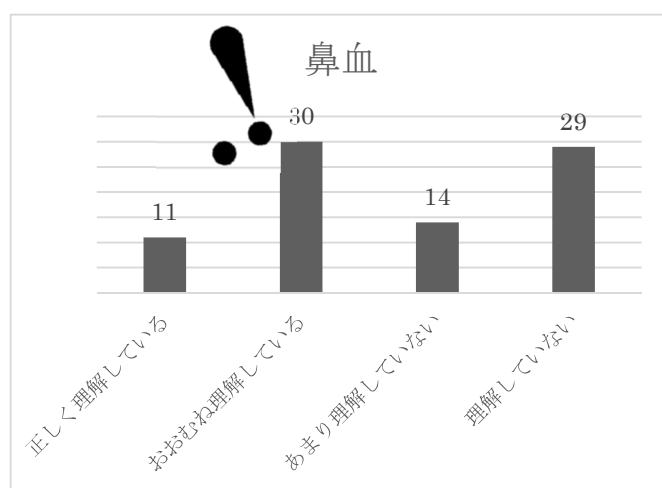
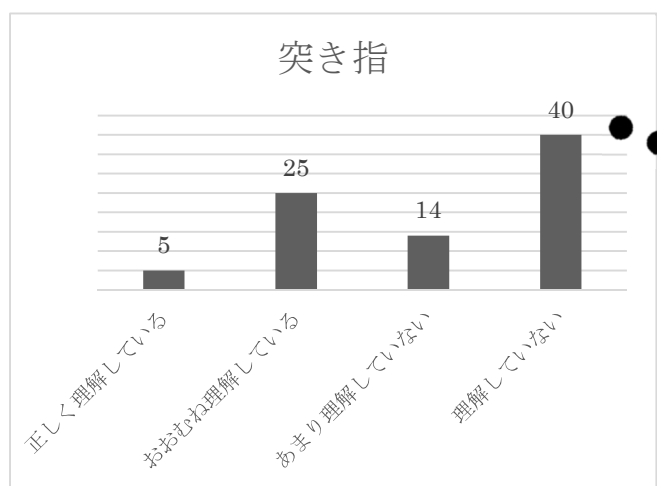
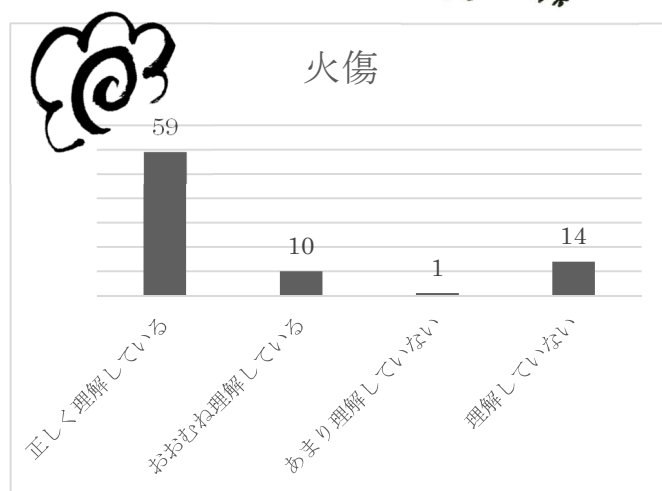
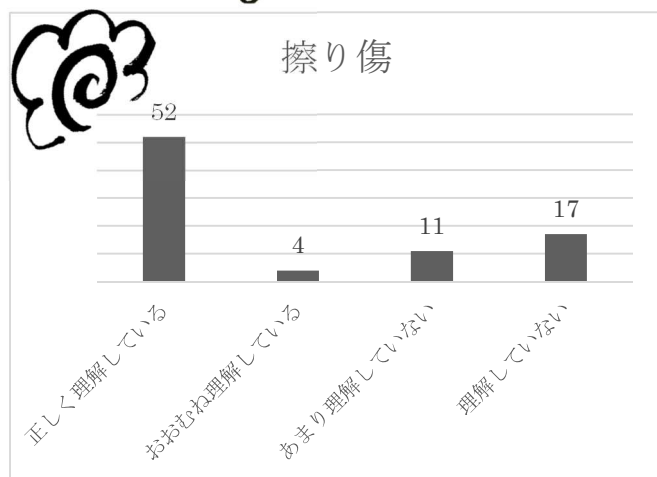
平成 29 年 11 月 16 日(木)

久之浜中学校 保健室

みなさんは軽いけがをしたとき、どのように処置をしますか？とりあえず保健室に行く？放っておく？自分で応急処置をする？もしけがをした場所が家だったらどうだろう。家に誰もいなかったらどうする？保険証の場所もわからない、一人で病院に行けない、家族は仕事ですぐには帰って来られない…。そんなとき、正しい応急処置の仕方を知っていれば、(大きいけがでない限り) 自分でなんとかできるかもしれませんよね。応急処置は決して難しいことではありません。ちゃんと正しい知識を持っていれば誰にでもできることなのです。今回は応急処置について詳しくお話していきます。



久中生の応急処置知識



上のグラフは、久中のみなさんに応急処置の方法を聞いた結果です。擦り傷と火傷は多くの人が正しく理解していますが、突き指や鼻血においては、正しく理解できている人が非常に少なく、理解していない人が多くいることがわかりますね。

2年生は10月に応急手当に関する授業を受けたので今は正しく答えられると思いますが、1、3年生にも正しい応急処置の方法を知っておいて欲しいので、裏面をしっかりと読んで覚えてください。応急処置の知識は、みなさんが大人になって親になったときにも絶対に役立ちます。ぜひ頭の隅っこでも良いので知識を入れておいてください。

すり傷や切り傷



とにかく最初は水で洗うこと！しっかり洗わないと菌が傷の中に残ってしまい、悪化してしまうよ。消毒をするのは水で洗ってから！

血が止まっていなかったら止血をしよう。ガーゼやきれいなハンカチを傷に当てて強く圧迫しよう。なるべく心臓より上に上げるとさらに止まりやすくなるよ。



突き指や捻挫、骨折

何かにぶつかったりしたときは、すぐに運動をやめて安静にしましょう。そして早めに氷水などで冷やしてください。こうすることで腫れるのを最小限に抑えられます。突き指は剥離骨折の危険もあるので、あまりにも腫れたり痛みがひどい場合は受診してくださいね。引っ張ることは悪化するので絶対にしないでください！

ちなみに、湿布には冷やす効果はないので、受傷後はよく冷やして
から湿布を貼ること。



やけど

やけどは放っておくと進行するけがです。やけどをしたらとにかくすぐに流水で30分ほど冷や
しましょう。そのあとはきれいなガーゼや絆創膏で保護するといいでしょ。水ぶくれが大きくなったり、色が白っぽかったら受診すると安心。



もし、服の上からお湯がかかってやけどをした場合は、服の上からシャワーを浴びて冷やしてください。服を脱がすと皮膚が剥がれてしまいます。

鼻血

鼻血は鼻の穴付近の血管が切れることによって起こります。ですから、鼻血が出たら、下を向いて鼻を強くつまんで
安静にしてください。



このとき、絶対に上を向かないでください。鼻血が逆流して喉に流れ込み、気持ち悪くなることがあります。

30分以上止まらない場合は病院へ！



ただのすり傷・切り傷？でもこんな時は病院へ

傷 口が汚染されている

どぶ川でこけたり、さびた釘を踏むなど、汚染されたケガは感染症が心配



水 で洗っても

石やガラスが取れない

無理に取ろうと強くこすると悪化します。病院で取ってもらおう

ギ ギギザの傷

化膿しやすく治りが遅い

血 が止まらない

見た目より深いところまで傷が及んでいるかも

動 物や人にかまれた

感染症が心配です

い つまでも痛い

傷の中に石やガラスが残っているかも

