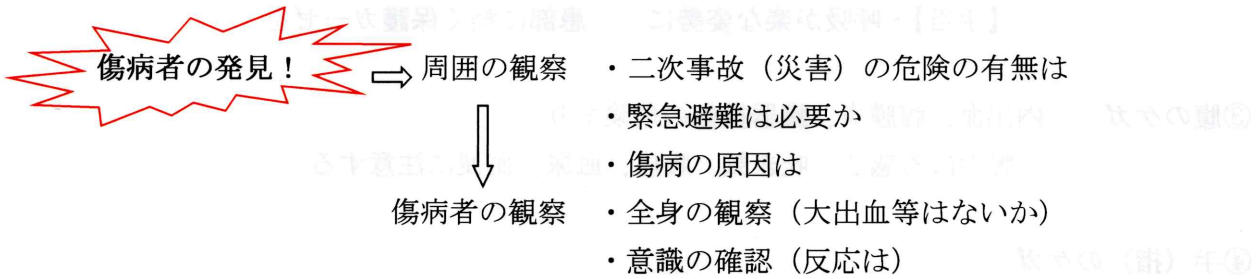


# 傷病者の応急手当 (JRC 蘇生ガイドライン 2020 対応)

～大切な命を守るために知っておきたい知識と技術～

## 1. 傷病者を発見してすぐのこと



◆意識（反応）がある場合 ⇒ くわしい観察を

### 聞く

- ・名前は何？
- ・原因は何？
- ・痛みの場所、程度は？

### 見る

- ・顔色、唇色、皮膚色
- ・外傷、出血
- ・意識の状態
- ・胸の動き、呼吸
- ・腫れ、変形
- ・嘔吐
- ・手足を動かせるか

### 触れる

- ・熱
- ・脈

### 聴く

- ・呼吸音



### ショックの症状

- ・顔色が蒼白
- ・呼吸が浅く、速い
- ・脈拍が弱く、速い
- ・皮膚が冷たく、湿っている
- ・虚脱、ぐったり

状態の悪化を防ぐための応急手当 ⇒ 体位・保温 ⇒ 搬送

◆意識（反応）がない場合 ⇒ 協力者を求めて 119 番通報と AED 手配を  
呼吸を確認して 一次救命処置（心肺蘇生・AED）を

■直ちに手当・通報すべき傷病

意識障害 気道閉塞 呼吸停止 心停止 大出血 ひどい熱傷 中毒

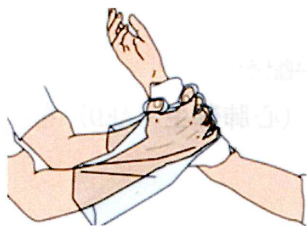
## 2、ケガの手当

- ①頭のケガ 頭皮のきず 出血が多い ショックを起こす危険あり  
【手当】・直接圧迫止血 体位は水平に  
脳に達するきず【手当】・ガーゼを広く厚めに当てる 拭かない
- ②胸のケガ 咳、血痰、呼吸困難、呼吸時の胸痛があれば胸腔内臓器損傷か  
【手当】・呼吸が楽な姿勢に 患部に軽く保護ガーゼを
- ③腹のケガ 内出血、腹膜炎、臓器損傷の危険あり  
腹のはる感じ、吐き気、腹痛、血尿、血便に注意する
- ④手（指）のケガ  
【手当】きず口に保護ガーゼを当て、清潔なタオルなどを丸めてつかむような形でしっかりと包帯をする 三角巾で吊る  
切断；洗わない ガーゼに包み ビニル袋へ 別ビニル袋（氷水）
- ⑤目のケガ 【手当】異物が刺さっていても抜いてはいけない 軽く包帯
- ⑥歯のケガ 【手当】出血はガーゼで直接圧迫止血  
抜けた歯、折れた歯は生の卵白にひたして（なければ牛乳に）

## 3、止血について

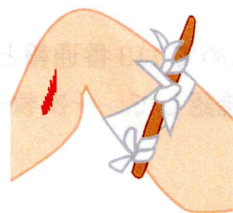
血液量は体重の8% (1/13) 10以上の出血は命の危険

### ①直接圧迫止血法



出血している傷口をガーゼなどで直接強く押さえ、しばらく圧迫することで止血を行う。

### ②止血帯止血法



出血している上肢、下肢の中枢側を、帯状のもので締め上げて血流を止める止血法。  
止血時間を明示する。

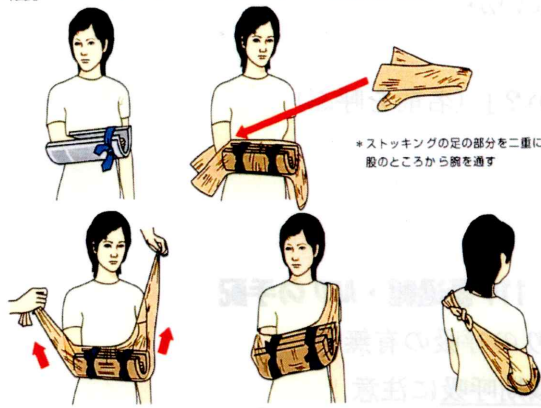
### ③止血点圧迫止血法

止血点を手で圧迫して止血  
・腋窩動脈  
・大腿動脈 他  
(直接圧迫止血ができないときに応急的に行うもの)

## 4、骨折の手当

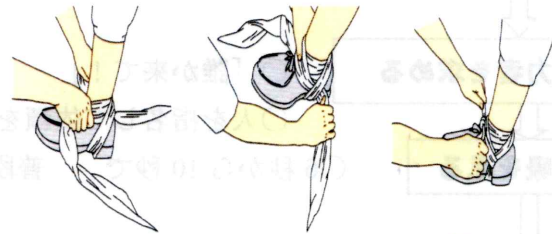
腫れ・変形・変色・激痛がある 固定と安静

<新聞や雑誌、ネクタイ、パンティストッキングを活用した例>



### 【手当】

- ・患部の固定（副子を使って）
- ・骨折部が屈曲しているとき戻さない
- ・楽な体位に



足首の捻挫

## 5、体位と RICE 法

### 回復体位





## ■一次救命処置（心肺蘇生・AED）

### 傷病者発見

- 周囲の観察 二次事故の危険性はないか
- 全身の観察 大出血等はないか

### 反応（意識）の確認

- 声掛け「大丈夫ですか？」（名前を呼ぶ）
- 肩を数回たたく

### 協力者を求める

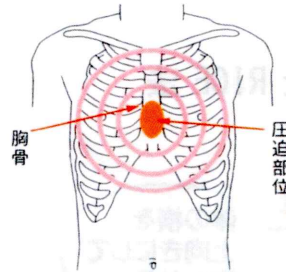
- 「誰か来て！」
- 人を指名して依頼を **119番通報・AEDの手配**

### 呼吸を見る

- 6秒から10秒で 普段通りの呼吸の有無
- 死戦期呼吸に注意！

### 胸骨圧迫 30回

- 胸の真ん中（胸骨の下半分）を
- 両手を重ねて下側の指を持ち上げる
- 強く … 深さ 5cm 程度
- 速く … テンポ 100～120 回/分
- 絶え間なく … 複数の人で協力して



### 気道確保 人工呼吸 2回

- 頭部を後ろに反らし、あご先を上げる
- ※やる意思と技術があれば行う
- ※溺水や子どもの心停止には効果がある

AED（自動体外式除細動器）到着

### AED 作動

- まず電源を入れる（カバーを開ける or ボタンを押す）
- 音声指示に従う ○パッドを貼る

心電図解析・電気ショック ・「離れてください」



・電気ショック時「電気ショックを行います。離れてください」

胸骨圧迫 30回・人工呼吸 2回 繰り返す 救急車到着まで AEDは付けたまま  
※溺れたときはできるだけ早く「人工呼吸」を！

## 【気道異物除去】

### 窒息サイン

### 背部叩打法

- ①大きな咳をさせる
- ②肩甲骨の間を手掌基部で強くたたく
- ③ハイムリック法を併用（腹部突き上げ法）  
（乳児・妊婦・肥満者不可）

