

# 応急処置の心得

正しい知識が身を守る  
いざというときの応急手当!!

## 発熱

(発熱は体が病原菌などとたたかっていることを示す危険信号)

- 安静にする。(自己判断で安易に解熱剤を用いない)
- 水分補給で脱水予防。(お茶・栄養ドリンク・スポーツドリンク等)
- 頭部・脇を水枕・保冷剤等で冷やす。
- 発熱の前には悪寒(さむけ)などがくるのでその場合は保温する。
- 消化のよい食べ物を摂取する。
- 38度以上の熱がある時は早めに医療機関へ!!

## 吐気・嘔吐

(嘔吐は体に有害なものや不要物を排除する作用)

- 吐気止めの薬は安易に飲まないで吐きただけ吐く。
- 嘔吐がおさまったら食塩水等であらいする。
- 脱水を避けるためにお茶、スポーツドリンク等を少しずつ頻繁に摂取する。
- 強い腹痛や下痢や、頭部を打った影響で嘔吐した後、十分な水分摂取ができなかったり、食事が摂れなくなった時は急いで医療機関へ!!

## 虫さされ

- 蜂や毛虫の場合、針や毛が残っていることがあるので、毛抜きやセロテープで取り除く。
- 流水で洗うか、濡れたタオルをあてる。
- 抗ヒスタミン軟膏や副腎皮質ホルモン軟膏を塗って冷たいタオルで冷やす。
- アンモニアで中和するという考えは誤り。患部がただれたりするので使用しない。
- 吐気、顔色不良、呼吸困難など、ショック症状があれば急いで医療機関へ!!

## やけど

(ただちに流水で15分以上冷やすこと)

やけどの程度

- 1度 赤くなりヒリヒリ痛い
- 2度 水ぶくれが出来る
- 3度 2度より深いやけど 表面が白くなったり黒くなったりしている

- 清潔な容器に水を流しながら、やけど部位を20~30分位または痛みがなくなるまで冷やす(水疱はつぶさない。直接流水を当てると皮がむける恐れがある)。指輪や時計をしているときは、冷やしながらこれらはずす。
- 患部以外は保温し、体温が奪われないようにする。
- 自己判断で軟膏等をつけない。
- 痛みが強く、広範囲だったり、深ければ水でぬらした布で覆い急いで医療機関へ!!

## 創傷(きず)

(切り傷、刺し傷、擦り傷、咬傷などがあり、原因と大きさ、傷の深さなどにより処置の方法が異なる)

- 傷から出血している場合はまず出血部位を圧迫して止血をする。
- 傷の中の異物(土、砂、ガラス片など)や細菌を水道水できれいに洗い流す。消毒は必ずしも必要ではありません。
- 洗浄後水分をしっかりと清潔な布でふき取って、乾燥を防ぐために市販の傷パッド等被覆剤でぴったり覆う。
- 出血が多かったり、傷が深い場合や周囲の皮膚が赤く腫れ上がり、熱をもってズキズキ痛む場合は感染の疑いがあるので医療機関へ!!

## 打撲

- 基本はR I C E  
安静 (REST)  
患部を冷やす (ICE)  
患部を圧迫 (COMPRESSION)  
患部の拳上 (ELEVATION)

## 骨折

- 激しい痛みがあり、腫れや変形、傷口から骨の端がでていなどで判断する。
- 血管、神経の損傷を伴うこともあり注意必要。
- 患部の安静のため骨折部の上下関節まで副木 (ダンボールや板、ステッキ等) で固定し速やかに整形外科受診する。
- 大出血やショック症状 (脈拍弱く、顔色不良、意識低下、冷や汗等) がある時は救急車で病院へ。

### 骨折が疑われるときの固定のしかた



▲骨折部位に副木を当て、  
骨折部位の上下を固定する



▲三角きんで吊った後、  
さらに胸部に固定する



▲骨折部位を両側から、  
副木を当てる



▲骨折部位上下の関節が  
動かないよう固定する

## 捻挫

- 関節を固定している靭帯の損傷で、関節の腫れ、痛み、運動制限、関節の異常な可動等の症状で判断し受傷直後はR I C E処置を行う。腫れ、痛みが強く歩行困難であれば整形外科を受診する。

## 脱臼

- 関節がはずれることで修復処置が必要なのでR I C E処置をして整形外科へ。

## 実験・実習中の事故 (化学実験中)

重大事故を防ぐためには、些細な事故でもヒヤリハット (一大事には至らないものの、重大事故の一手手前の事例) として報告し、再発防止対策を考えることが大切です。

実験室を利用するもの全員を対象とした講習会が実施され一人一人が薬品や実験器具の取り扱いについて熟知すると共に、薬品の管理、整理整頓を励行しなければなりません。

### 〈手袋、保護眼鏡、実験着着用〉

実験室は危険な所です。実験室では手袋、保護眼鏡、実験着の着用の習慣化が必要です。近視用眼鏡は保護眼鏡の代用にはならず、実験着の腕まくりは避け、肌の露出を最小限にする必要があります。

### 〈よく起きる実験中の事故〉

多く見られる事故は、ピペットやビーカーなどの破損によるけがです。ピペットにゴム球を差し込む時は、ピペットの根元を持つ習慣をつけましょう。破損ガラスは責任を持って安全に処理しましょう。

### 〈薬品による被害〉

薬品によっては被害直後には大した自覚症状がなく、後になって大きな障害が出てくることがあります。

#### ・皮膚についたとき

どのような薬品であってもただちに大量の水道水で15分以上洗う  
(指の間、しわの中、爪の中まで念入りに)

薬品の傷に軟膏類は禁物

#### ・目に入ったとき

水を上向きに噴出させて15分以上洗眼、その後眼科へ

#### ・口の中に入ったとき

ただちに吐出し水で何度も洗う

飲み込んだ場合、ただちに医療機関を受診する



教育研究における

### 『防災安全の手引』

発行 同志社大学

を参考にしてください