

災害関連死、ゼロの 社会を目指す

<46>

救急対応(2) 1-2

の診療を受けさせます。

※脱臼をはめようとした

り、関節の変形を直そう

としてはいけません。関

節周囲の血管や神経など

をいためる危険性があり

ます。

■応急手当(外傷)

肉離れ編

次に筋肉を構成してい

る筋繊維や結合組織の損

傷である肉離れですが、

背筋の肉離れは、不自然

な格好で重い物を持ち上

げたときなどに起こりま

す。大腿、下腿などの肉

離れは、スポーツ外傷に

多く、あまり運動をしな

い人が急に運動したり、

筋肉に力が入って収縮し
ているところを強く打っ
たりした場合などに起こ
ります。

手当としては以下のも

のが挙げられます。

(肉離れの手当)

・冷や

して安静

にしま

す。

・背筋

の場合は、マットレスの

下に板を入れます。

■応急手当(外傷)

アキレス腱断裂編

次にアキレス腱断裂の

場合における対応です。

(アキレス腱の手当て)

・歩かせてはいけません

・下向きに寝かせて、副

子のうえに固定します。

上向きするときにも、つ

ま先を伸ばした状態のま

ま医療機関に搬送しま

す。

■応急手当(外傷)

熱傷(やけど)編

最後に熱傷の場合の対

応です。

成人は体の表面積の20

〜30%以上、こどもは10

〜15%以上にわたる広い

範囲をやけどすると重症

となります。

その手当としては以下

のものが挙げられます。

(熱傷(やけど)の手当

て)

・急いで冷たい水、水

道水を注いで痛みが取れ

るまで冷やします。

・衣類は無理に脱がさ

ず、そのままの状態です

・水ぶくれはつぶさな
いで、消毒した布か洗濯
した布で覆い、その上か
ら冷やします。

※軟膏、油、消毒薬など

は塗りません(塗ると感

染を起したり、医師の

診療の妨げになります)。

「医療機関へ引き継ぐ

まで」の救急対応はいざ

というとき難しいです

が、普段から少しでも学

ぶようしておく必要は

あります。

一般社団法人地域防災
支援協会
<https://www.boushi-kyo.jp/>
一般社団法人日本環境
保健機構
<https://jeho.or.jp/>