

# 知っておきたい応急手当

## \*いざというときの応急手当\*

「応急手当のおかげで一命を取りとめた」という例は少なくありません。応急手当を覚えておきましょう。

### やけど

すぐに水道水で冷やす。  
無理に衣類を脱がさない。



### 窒息

肩甲骨の間を平手で力強く4~5回叩く、  
出なければ更に続ける。



### ガス中毒



窓を開け、ガスの元栓を締め、風通しの良い  
場所へ移動し、仰向けに寝かせ衣類をゆるめる。

### けが(出血)

直接傷口の上から清潔なガーゼや  
ハンカチなどを当て、強く圧迫する。



### 骨折



骨折部分が動かないよう、上と下  
にある2つの関節に届く長さのあて木  
で固定する。

### 口移し人工呼吸法 (呼吸をしていない時)

①患者を仰向けに寝  
かせ、あご先を持ち  
上げ気道を確保する。



②鼻をつまみ、口を大  
きく開いて患者の口  
に息を吹きこむ。



③大人は5秒に1回、乳  
幼児は3秒に1回息を吹  
きこみ、胸の膨らみを  
確かめる。



### 心臓マッサージのしかた (脈拍がふれない時)

①患者を仰向けに寝かせ、そ  
の横に両膝立ちの姿勢をとる。



②胸骨の下半分に手のひらを当て、その上にもう一方の手を重ね圧迫する。  
(大人は1分間に80~100回、乳幼児は100回~120回)



小児の時は片手で。

乳幼児は中指と薬  
指2本で圧迫する。