

9月9日は救急の日

9月9日は、「9(きゅう)9(きゅう)」の語呂合わせから、「救急の日」と定められています。

救急の日を機会に、学校のAEDや担架の場所や使い方、ケガなどの応急処置について考えてみましょう。

AEDについて

「自動体外式除細動器」のことで、心肺停止の可能性がある場合、心臓に電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。AEDは音声ガイドの従って操作します。電気ショックが必要かどうかはAEDが判断してくれます。



学校のAED設置場所

- ・体育教官室前
- ・2階職員室前
- ・職員玄関前

必ず覚えておいてね!



AEDの使い方

- 1 聞こえますか? 意識があるかどうか確かめる。
- 2 救急車を呼ぶ。同時にAEDを取りに行く。
- 3 呼吸をしているかどうか確かめる。
- 4 AEDを取りに行っている間にも、胸骨圧迫をする。
- 5 AEDが届いたら、胸に電極をつける。(電源を入れる必要があるものとそうでないものがある)
- 6 電気ショックが必要であると指示が出たら、ボタンを押す。このとき感電しないよう体に触れない。

緊急でも正確に！ 救急車の呼び方

- 1 119番にかけます。
- 2 どこで・誰が・どんな状態か伝えます。
- 3 自分の名前、所在地、電話番号を知らせます。
- 4 救急車が来るまでにやるべきことなど指示を受けます。
- 5 救急車が着いたら救急隊員に患者の状況を詳しく伝えます。

AEDに関するQ&A

- Q: 心停止でない人に使うとどうなるの?
A: ボタンを押しても、電気ショックは作動しないようになっています。
- Q: 電気ショックが必要ないと言われたら?
A: 救急隊員が到着するまで、電極パッドははがさないでください。咳や体動がなければ心臓マッサージを続けます。
- Q: AEDを使っても救命できなかったら?
A: 救命のためであれば、AEDは誰が使っても大丈夫です。もし救命できなくても責任は問われません。

呼吸停止状態、正常な呼吸や胸と腹部の動きが普段どおりでない場合は胸骨圧迫を行います。肘をしっかり伸ばしながら両手で胸骨を1分間に100～120回、成人であれば約5cm胸が下がるくらい強く絶え間なく圧迫します。



けがをした時の対応について

ねんざ だぼく 肉離れ



RICE処置

損傷部位の障害を最小限にとどめるためにおこなう応急処置。

あんせい 安静 おちついて うごかさない	れいきやく 冷却 ひやす	あっぱく 圧迫 テープなどで おさえる	きょじょう 挙上 しんぞうより うえにあげる
R	I	C	E

けがをした時の応急処置(捻挫・打撲)は

RICEが基本!

すり傷

すぐに水道水でよく洗い流す。流水で傷口を洗い流し、絆創膏を貼ってください。よほど汚れている場合は、消毒をします。**傷はなるべく乾かさないようにするのがポイントです。**



爪が割れた! はがれた!

爪が割れたら、そのまま絆創膏で固定をしてください。爪がはがれたら、消毒したうえで爪を元に戻して乗せ、ガーゼや包帯などで固定し、場合によっては病院を受診してください。汚れた手で傷口を押さないようにしましょう。

ねんざ 打撲 突き指

すぐに冷やす

まだ練習中だし...なんて放っておいているうちに、腫れがひどくなってきて治りが悪くなります。**とにかくすぐに安静にして冷やす!**

腫れや変形がひどい場合は、すぐに病院に行きましょう。

RICEで対応!



鼻血

鼻をつまんで、下を向く

上を向いたり、横になったり、ティッシュを詰めてはいけません。小鼻の上を指で圧迫します。なかなか止まらない時は鼻の上部を冷やします。



歯が折れた!

急いで歯科を受診しましょう。折れた歯を持っていく時は、歯を乾燥させないように牛乳に浸していくと良いそうです。



ハチに刺された

すぐに石鹸と水で洗います!



- 1 蜂の針が残っているときはそっと抜く
- 2 蜂に刺された部分を流水で洗い流す
- 3 患部を冷やす
- 4 応急処置をしながら様子を見る