湿潤療法手順

1. 出血していればタオルで圧迫止血する
   少量の出血であれば傷の手当てをした後、ラップの上から圧迫する
2. 水で洗う（目的は傷の汚れを洗い流すこと）
3. 水をふき取る
4. ラップを貼る（ワセリンがあればラップに塗ると痛みが取れる）
5. 絆創膏でとめる
   （浸出液が外に出るように、全部ふさがない）
   絆創膏がない場合、ビニールテープが　肌に刺激が少なく良い
6. 包帯があれば巻く
7. 毎日洗ってラップを貼り替える

このような傷は病院へ搬送する

- 深い傷　筋肉が裂けている
  骨が見えている
- きれいに洗えない傷　砂やガラスなどが残る
- 動物に咬まれた傷や深い刺し傷

現場では十分な洗浄が行えないため、
化膿するリスクが高い
受傷から6時間は感染が成立していない時間
（ゴールデンアワー）
それまでに十分な処置が必要である

20

熱傷

（やけど）

21

1) 冷却

- 流水が理想だが、水の確保が困難なこともある
- 汚れがあれば洗い流す
- 水ぶくれは破らないように注意する
  （破れていたら仕方ない）
- 冷やすことで、熱傷部分の浮腫（腫れ）や組織の変化を押さえる、痛みも楽になる

熱冷ましシートの類では効果がないので注意

22

2) 熱傷部の保護

* 熱傷部を滅菌ガーゼ、無ければ、きれいなタオルなどで被う
* 水ぶくれは、針で刺したり、破ったりしない！
* 水ぶくれが破れていたら、熱傷部に湿潤療法（ラップ療法）を実施する

上記の応急手当自体が、医療としての処置そのものである

赤くなっただけの熱傷（第Ⅰ度）は、災害時なら必ずしも応急手当が必要ではない

23

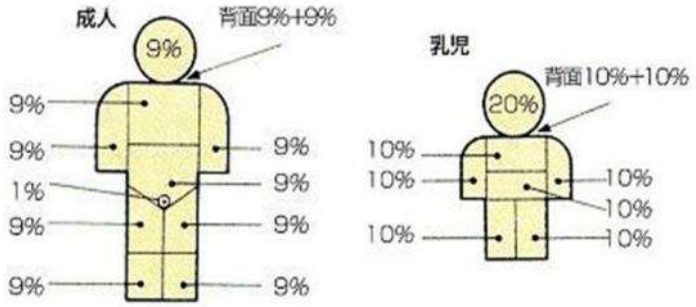
病院へ搬送すべき熱傷とは？

* 水ぶくれの部分（第Ⅱ度）や皮膚が熱で固まってしまい感覚がない部分（第Ⅲ度）の範囲を合計した面積が
  両上肢の範囲よりも広い熱傷
  小児や高齢者では1上肢の範囲よりも広い熱傷
  熱傷部が広いと、水ぶくれから水分が失われて**脱水**となる、第Ⅲ度の部分では皮膚としての保護作用がなくなっているため**感染**を起こしやすい
* **顔面の熱傷**では、熱気を吸い込んで**気道熱傷**を起こしている恐れがあるので、病院へ搬送する
  気道の浮腫で窒息の恐れがある

24

「広さ」による分類

＊成人の場合、熱傷した部分が体の表面の20%以上、
子供や高齢者では10%以上になると重症
一刻も早く病院へ運ぶ
＊小範囲であっても、深さが第3度の部分があれば、
やはり重症と考えて、病院へ急ぐ



四肢の骨折・脱臼

（先ず、打撲や捻挫で済んでいるのかを確認する）

26

1)打撲や捻挫で済んでいれば

＊変形や腫れは無いか少なく、動かしても痛みは少ないか、良く動く

＊打撲や捻挫と考えられれば、被災現場で対応し、救護所や
病院へは搬送しない
→湿布したり、冷やしたりしておく、固定しても良い

湿布は、痛み止めの貼り薬であり、冷やす薬ではない

＊変形があったり、腫れがひどかったり、痛みで動かなかったり
動く範囲が限られたりすれば、骨折や脱臼が疑われる

2)骨折や脱臼が疑われる場合の対応

* 変形している場合は、骨折や脱臼を現場で元に戻そうとしないこと

→血管や神経を傷つける恐れがある

* 変形がひどい場合や痛みなどで動けない場合

無理に現場で判断せず、救護所や病院へ搬送
搬送先のトリアージに委ねる方が良い

その場合でも ➡ **固定・冷却**

28

3)患部の固定と冷却

* 固定　骨折や脱臼の痛みを軽くする

運ぶ際に神経や血管を損傷しないためにも必要
Uの字に曲げた雑誌、重ねた新聞紙、
板・棒・パイプなどを副木にする

* 冷却　出血や腫れの防止、痛みが軽くなる

氷やアイスノンなどで冷やすこと
熱冷ましシートの類では
効果がないので注意

湿布薬・鎮痛剤などを常備しておくと良い 29

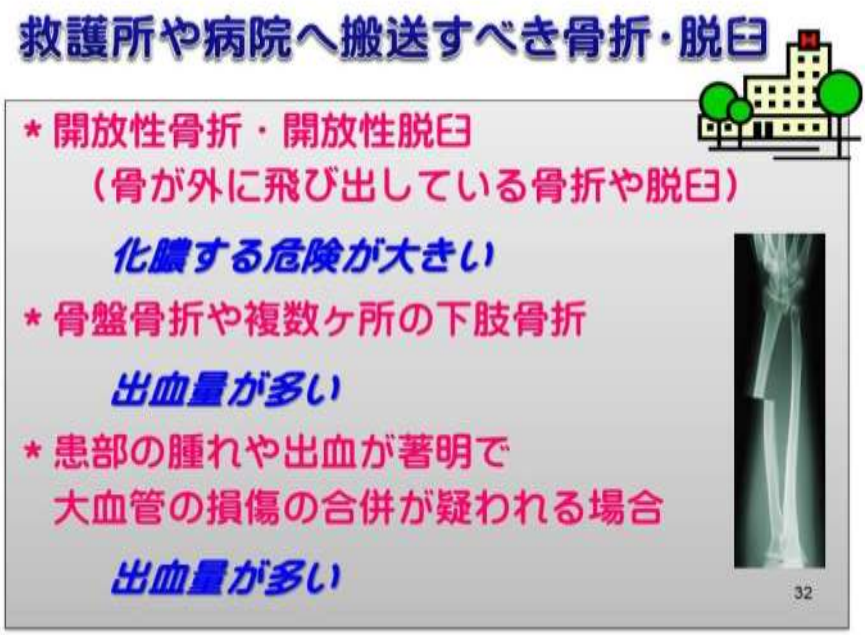
骨折の固定　上と下の関節が動かないように

30

段ボール、粘着テープ（ガムテープ等）、買い物袋を 用いた事例

使えるもの ： 木切れ・段ボール・傘・雑誌・新聞紙・割り箸
ガムテープ・ビニールテープ・ビニール袋・タオル等

＊損傷部位の上下2関節を固定すると良い。
＊直接当てず、タオル等の柔らかい物の上から当てるようにする。
＊固定すると痛みが取れる
＊手術の必要な骨折でも固定して数日後に病院へ行けばよい。



各家庭から

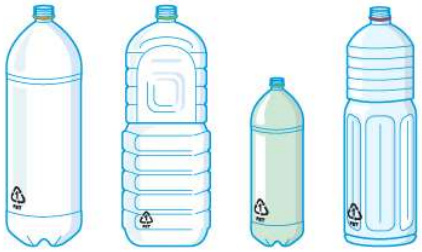
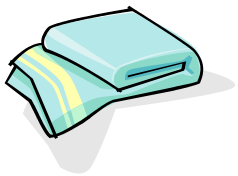
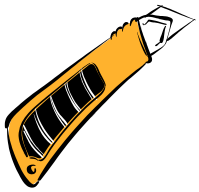
ラップや雑誌類を持ち寄り、湿布・家庭常備薬（鎮痛剤・下痢止め・胃薬・風邪薬など）といった薬剤を持参して救護所など集まることにすれば、大抵の傷病に対応できる。

ケガをしないことが最大の防災である。
他人の手をわずらわせることがない上、負傷者の救護が出来るので、差し引き2人分違う。
家具の固定、ガラスの飛散防止をするなど、先ず、身を守ることが防災の第一歩である。
元気であれば、救出や搬送、救護など地域活動に積極的に協力しましょう。

災害時市民が行う応急手当　訓練時用意するもの

止血　　：　ポリ袋（スーパーの袋）・タオル

湿潤療法　：　食品用ラップ材・ビニールテープ・ビニール袋・ペットボトル・タオル

骨折等の固定　：　段ボール・傘・木切れ・雑誌・新聞紙・割り箸・ガムテープ・タオル

はさみ・カッターなど