医務だより　－R1.9－

残暑お見舞い
申し上げます

9月と言ってもまだ暑いですネ

今少しの間 熱中症 にご用心!!ですヨ～

9月9日は救急の日!!

救急とは病気やけがをしたときに手当をして救ってあげることです。

『救急の日』にちなんで、けがの手当てを覚えましょう。

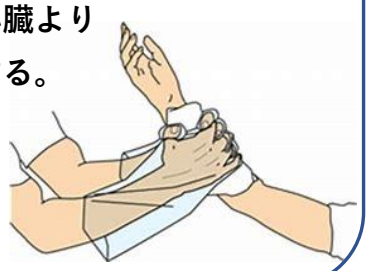
覚えておきたい簡単な応急手当

すり傷

傷口を水道の水できれいに洗う。
砂や泥を残さない。

きり傷

ティッシュやハンカチを当てて、上から強く押さえて血を止める。
傷口は心臓よりも高くする。



鼻血

椅子に座って下を向き、親指と人差し指で鼻の横を押さえる。
止まらないときは、鼻の上を冷やす。

★ 傷口に被覆保護材を貼りましょう。
バンドエイドなどと似ていますが、ガーゼのついていないものが良好です。

★ 首の後ろを叩いたり、ティッシュを鼻に詰めると、粘膜を傷つけたり、出血を長引かせたりすることになります。

こんな時は病院へ

- 顔の深いすり傷や頭や目の近くの切り傷
- いつまでも傷口がジクジクしている
- いつまでも痛がったり、激しく痛がる
- 土や石、ガラスが傷口に入り、取れない
- あまりにも頻繁に鼻血が出る場合や、15分以上出血が続く
- 頭を強く打った後の鼻血

1年に一度はおうちの救急箱をチェックしましょう。

薬	手当で使うもの	あると便利なもの
・消毒薬	・ガーゼ	・はさみ
・傷薬	・包帯	・ピンセット
・虫刺されの薬	・ばんそうこう	・毛抜き
・風邪薬	・傷テープ	・綿棒
・胃腸薬	・脱脂綿	・体温計
・その他(頭痛薬など)		・爪切り

NPO法人笑い太鼓 高次脳機能障害者支援センター　看護師