

# 救急の手当 これをしてはいけない!

## 過呼吸



ペーパーバック法をしてはいけない!

紙袋を鼻と口に当てて、袋の中で呼吸する『ペーパーバック法』を過呼吸のときに行うと、低酸素になって危険なので、してはいけません。



過呼吸のときは、落ち着いてゆっくり深く息をします。

## やけど



やけどに直接氷をあててはいけません!

氷や氷のうを直接あてると、凍傷になることがあります。



水道の流水で、痛みがやわらぐまで冷やします。(5~10分が目安)

## 歯



ケガで抜け落ちた歯を、こすり洗いしてはいけません!

抜け落ちた歯が汚れていたら、軽く水で洗う。このときに、歯の根を持ったり、こすり洗いをしてはいけません。



歯の根の膜が無事なら、元の位置に戻せるかもしれませんが。牛乳が保存液の中に入れて、すぐに歯医者さんへ。

## 鼻血



鼻血で上をむいてはいけません!

上を向いたり、あおむけに寝ると、血がのどに流れます。首の後ろをたたいても、止まりません。



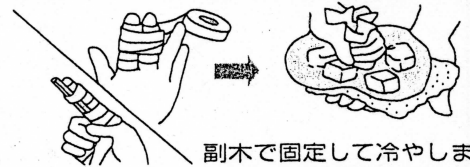
鼻血は、軽く下を向いて鼻をつまんでおさえます。血は飲みこまず吐き出します。

## つき指



つき指は、引っ張ってはいけません!

引っ張る・まっすぐ伸ばす・もむ、をしてはいけません。痛みや腫れがひどくなり、骨がずれるなど、悪化させてしまいます。



副木で固定して冷やします。(となりの指と固定する方法もあります)

## 119番 かけられますか?



119番に電話 スマホからでも局番はいりません

あわてて一方的に話すより、指令員の質問に落ち着いて答えていけば大丈夫です

火事ですか? 救急ですか?	救急です
場所はどこですか?	〇〇市〇〇町〇〇番地 〇〇公園です
どうしましたか?	中学2年の〇〇くんの目に ボールが当たって痛がっています
あなたのお名前と、いまかけている電話番号を教えてください	〇〇〇〇です 電話番号は〇〇〇

## AEDをこわがらない!

AEDって、難しそうなんだけどだれでも使えるの?

音声メッセージが流れるから、そのとおりにすれば、誰でも安全に使えます。

AEDを使うのは、どんなとき?

意識がないとき。  
呼吸のようすがおかしいとき。

AEDが必要ないときに  
使ってしまったらどうなるの?

必要ないときは、「電気ショックは必要ありません」というメッセージが流れるから、安心してください。



わたしの学校のAEDがある場所は

保健室前廊下です。

担架は

・生徒棟1階の階段下  
・保健室前

にあります。