

防災会からのお知らせ

台風に地震と大きな災害が続発

- 自主救護の必要性 -



大きな災害時に医療機関が被災すると負傷者で混乱し、また広範囲に多数の負傷者が出ると、平常時のような救急隊の出動は期待できません。

そんな事態では、自分たちで応急手当てをする「**自主救護**」が大切です。災害時の医療は、人や物の数が限られ限界があります。自主救護の有る無しで、負傷者の命が大きく左右されます。

大地震発生時の対応は「**最初の数秒は、自分の命は自分で守る**」「**次の数分は、家族の命は家族で守る**」「**その次の数時間は、地域の命は地域で守る**」ことが鉄則です。万一の際の実行には、日ごろの備えが欠かせません。

呼吸や脈拍がない場合（成人のとき）

意識を失っている人がいたら、あおむけに寝かせ、呼吸の有無を調べる。呼吸がなければ人工呼吸を、脈拍がなければ心臓マッサージを行う。

手足の骨折の場合

添え木をあてて患部を固定する。新聞紙、週刊誌、傘、ダンボールの切れ端などが、添え木の代用品になる。皮膚が破れていたなら清潔な布で覆った後、添え木をあててタオルやハンカチなどで巻いてしぼる。この場合、手当てする人は、感染防止のため、ビニール袋に手を入れるなどして手当てし、傷口に触らない。

手足の出血の場合

傷口は心臓より高くし、傷口より大きくて厚みがある清潔なガーゼや布などを、上からあてて押さえて止血するのが基本。血が止まる程度に圧迫し、強く巻きすぎない。傷口を心臓より高くすると、止血しやすい。ガラスなどが刺さった場合、出血が増えるので抜かない。

やけどの場合

15分以上は冷やす。水道水で15分以上冷やして熱をとる。衣服の下をやけどした場合、脱がさずに水をかけてよい。冷やした後は患部をむきだしにせず、清潔なガーゼ、タオルなどで軽く覆い、感染を防ぐ。感染しやすくなるので、水ぶくれはつぶさない。

先日配布させていただきました「命のライセンス」をもとに、災害時における安全の確保をご家族全員で訓練して下さい。