## 9月9日は救急の日



「救急の日」は救急業務及び救急医療に対しての理解と認識を深めることを目的に、昭和57年に定められました。お子さんと一緒に、自分でできるケガの手当てについてお家でも話題にしてみてはいかがでしょうか?

# 





#### ●洗う

#### **★** すり傷

水道水で傷口の汚れを洗い 流す

#### 昔目にゴミが入った

水をためた洗面器でまばた きをして洗う

## 繳

#### 2冷やす

#### + やけど

痛みがなくなるまで流水で 冷やす

#### ♣ つきゆび・ねんざ

氷のうなどで冷却し、腫れ や痛みを抑える



#### ❸ 押さえる

#### ➡切り傷

ハンカチなどを当てて止血 する

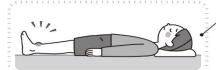
#### 十鼻血

小鼻をギュッとつまんで下 を向き、血を止める

## ÷ 応急手当の RICE 〓

プル ~ - /

のケガをしたとき、痛みや 腫れを軽くするための応急 手当です。



#### + **R**est (安静)

ケガしたところを 動かさないように します

#### + 1 cing (冷却)

袋に入れた氷など を使い、患部を冷 やします



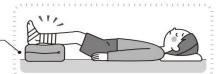


## + Compression (圧迫)

テープや包帯など で固定します

#### + Elevation (拳上)

心臓より高い位置 に上げます



正しく応急手当をして 早めに医療機関を受診しましょう

### サガを防ぐために できること

