

災害時に
そなえて⑥

自分でできる応急手当を覚えよう

きず 切り



・きず口がよごれている場合は、きれいな水で洗い流します。
・きず口を心臓より高くすると、血が止まりやすく、はれや痛みもやわらぎます。

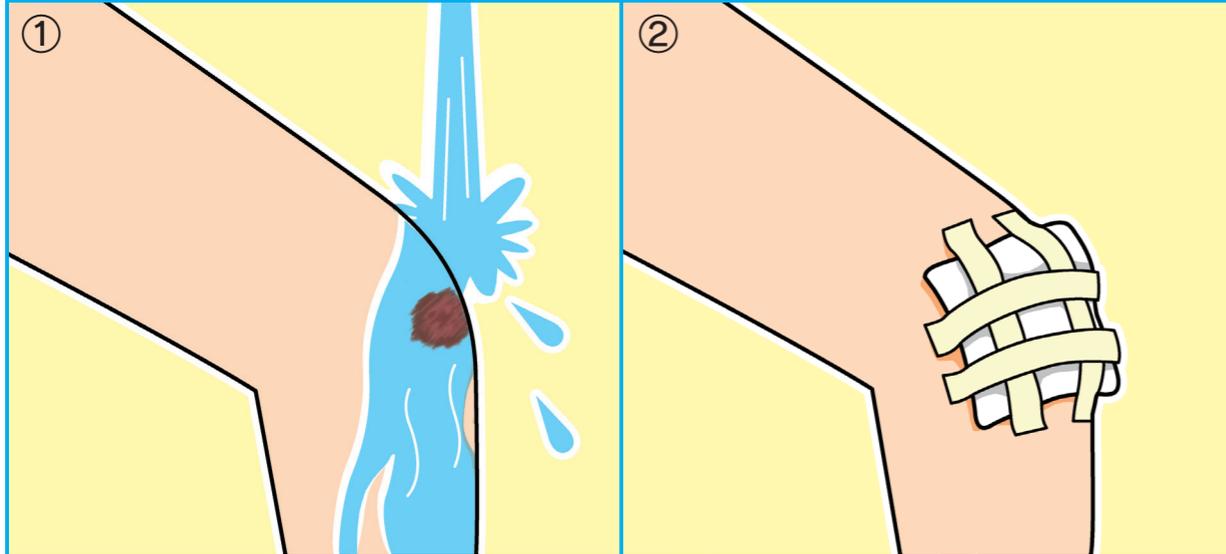
①きず口にハンカチなどを強く当てて血を止めます。②きず口を消毒して、ばんそうこうをはります。

やけど



痛みが治まるまで、流水や氷水で十分冷やします。

きず すり



①きず口や周りのよごれを水で洗い流します。②きず口を消毒して、清潔なガーゼで保護します。

打ぶく



痛みが治まるまで氷水や水で冷やし、打ぶくした部分を高くして安静にします。

非常持ち出し袋に入れておくべきもの



災害時にけがをしてしまった場合は、
落ち着いて、自分でできるはんいで応急
手当をしましょう。

地震が起きた後は、余震による落下物や
転とう物に注意して、安全な場所で手当を
行うことが大切です。

応急手当に必要な水やガーゼ、消毒液、
ばんそうこう、ほうたいなどは、非常持ち
出し袋に入れておくと、いざというときに
役立ちます。

◎水道水が近くにない、または水が出ないときは、手元にある飲料水を使いましょう。
◎大けがをしている人や、頭を打っている人がいた場合は、自分で判断せずに、すぐに近くの大人に知らせましょう。