

平成26年7月10日号（第139回）

阿伎留通信

公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、患者の生命と健康と生活の質を考える良質の医療を実践し、地域医療の最適化に努力します。

プールにキャンプ、子供たちにとっては楽しい夏休みですが、怪我や事故が起こりやすい時期でもあります。 いざという時の応急手当が大切ですね。

今回の阿伎留通信は、

—「応急手当～Q&A～」—

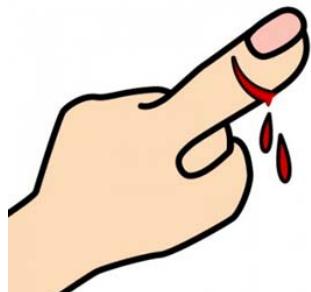
をテーマに救急科 堀医師よりお話しさせていただきます。



これまで公立阿伎留医療センターで様々な患者さんを診療してきました。その中で、ご自身で行う応急手当や、問い合わせがあったことについてご紹介させていただきます。

Q1. 包丁で指を切った！

A 刃物のような鋭いものでは傷口が深くなることもあります。まずは傷口を見てください。傷にゴミが付着していないか、出血をしていないか確認しましょう。出血をしている場合は清潔なタオルやガーゼで直接傷の上から圧迫してください。（ティッシュは傷口にくついてしまうのでダメです！）



Q2. ころんで膝をすりむいた！

A 地面ですりむいてしまうことが多いと思います。すりむいた傷は処置が必要なことはほとんどないのですが、まずは傷口を水道水でよく洗って下さい。消毒薬を使用するような場合は、その後に使用して下さい。（現在、消毒薬は必要ないとも言われています） 市販のドレッシング（被覆）材は、とても効果があり有効なのですが、感染しているような傷には注意が必要です。

Q3. 頭をぶつけた！

A 高齢の方や、小さなお子さんの親御さんからの問い合わせが多くあります。タンコブができてしまっても、タンコブは頭皮の下の一時的な出血(血腫)なので心配ありません。よく冷やしてあげてください。頭蓋骨はとても丈夫な骨です。



日常生活でぶつけてしまった程度では、多くの場合心配ありません。ただ嘔気嘔吐があるか、いつもより元気がない、痙攣しているなどがあれば一度医師の診察を受けてください。高齢者や血液サラサラの薬を内服している場合は、ぶつけてから2-3ヶ月後に認知症の症状で発症する慢性硬膜下血腫という病気がありますので。ご注意ください。

Q4. スズメバチにさされた！

A スズメバチが毒を持っているというのはみなさんご存じだと思います。スズメバチの毒は致死性が低いので大量に刺されないかぎり、まず死ぬことはないそうです。ただし、成分にタンパクが含まれているため アナフィラキシーショックを起こしてしまうことがあります。できるだけ速やかに医療機関を受診してください。

Q5. 血圧が高いんだけどどうすればいい？

A 体の調子が悪いときなどは血圧が高くなりますし、血圧が高くても調子が悪くなります。しかし、血圧は一日の中で変動しています。一時的な上昇については処置の必要はなく、無理な降圧はむしろ有害と考えられています。そんな時は安静にして、症状が落ち着いてから再度測定してください。血圧が高いと不安に思って、何度も何度も測定するとかえって血圧が上がってしまいます。



#7119 を知っていますか？

東京都では、一日に約2,000件の救急要請があります。そのような中で、必ずしも救急車の利用が適切でない方もおり社会問題となっております。急な病気やケガをした場合に、「救急車を呼んだほうがいいのかな？」、「今すぐ病院に行ったほうがいいのかな？」など迷った際の相談窓口として、「東京消防庁救急相談センター」を開設しています。東京消防庁救急相談センターでは、これらの相談に相談医療チーム（医師、看護師、救急隊経験者等の職員）が、24時間年中無休で対応しています。迷われた際は、ぜひご相談してください。