



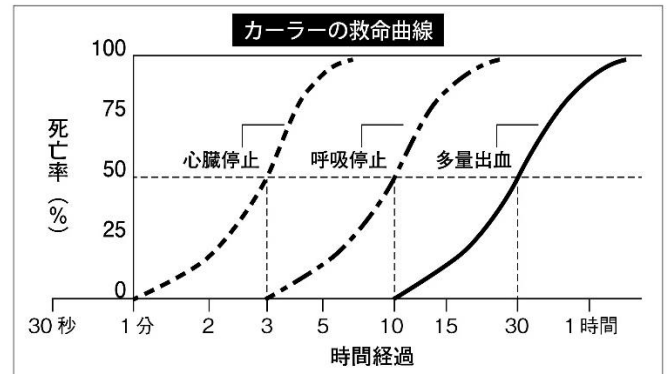
9月9日は「救急の日」

「救急の日」は救急に関する正しい理解と認識を深め、医療関係者の意識を高めることを目的に定められました。この機会に①心肺蘇生法 ②けがの手当について振り返ってみましょう。

心肺蘇生法を覚えていますか？

心肺蘇生法とは一次救命処置のことで「命を救う」ためにおこないます。右にある図は命が助かる可能性を時間経過で表したものです。

★居合わせた人が直ちに心肺蘇生をすれば、
命が助かる可能性が高くなります。



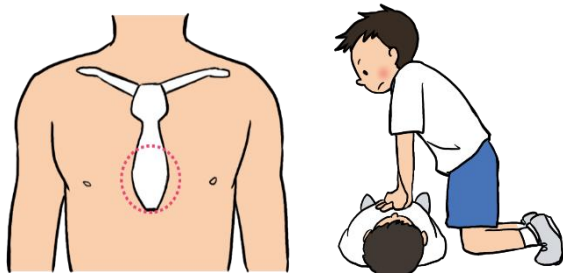
倒れている人がいたら・・・



肩を軽くたたき、反応があるかないかを見る。

反応がない、分からないときは大声で助けを求める。近くの人に119番通報とAEDをお願いします。

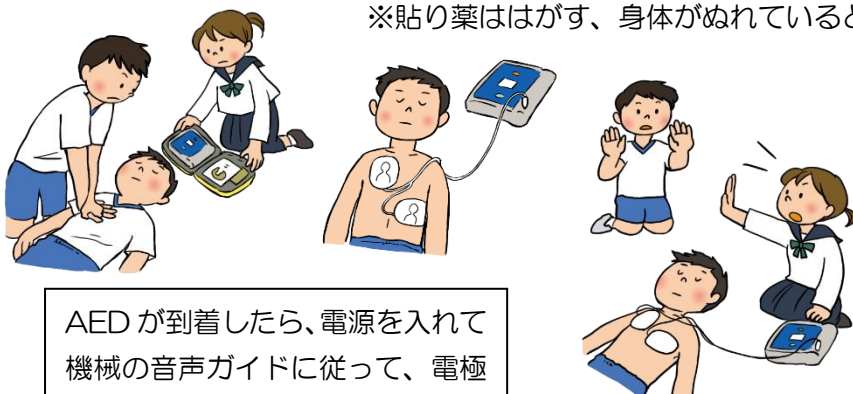
お腹と胸が上がったり下がったりしているか、10秒以内で観察する。動きがない、正常な呼吸ではない場合は、すぐに胸骨圧迫を始める。



【強く】胸が5cm沈むように圧迫する
【早く】1分間に100～120回のテンポ
【絶え間なく】中断は最小限に

★新型コロナウイルスが流行しているときはすべての人に感染の疑いがあるものとして対応します。マスクをしていたらはずさない、マスクをしていなければ口と鼻に布をかぶせてから胸骨圧迫を始めてください。

※貼り薬ははがす、身体がぬれているときはふき取る

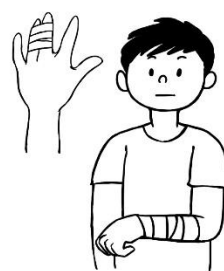


AEDが到着したら、電源を入れて機械の音声ガイドに従って、電極パッドを装着する。

心電図の自動解析が始まります。「電気ショックは必要ありません」という音声 flowed たら、ボタンは押さずに胸骨圧迫を再開する。

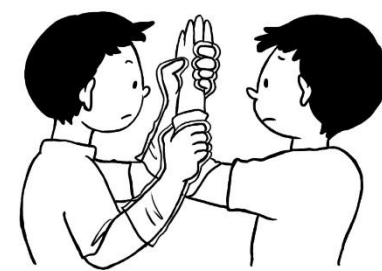
電気ショックが必要な場合は、周りにいる人に「離れてください」と伝え、誰も触れていないことを確認してからボタンを押す。

覚えておこう 手当の基本 ^{ライス} RICE

Rest (安静)  けがをした部位は無理に動かしたり、引っ張ったりせず、安静にします。	Ice (冷却)  内出血や腫れを抑えるために、氷のうや氷水などで患部を冷やします。冷やしすぎて凍傷にならないように注意します。
Compression (圧迫)  患部を包帯で圧迫・固定することで痛みを和らげ、出血を防ぎます。	Elevation (挙上)  患部を心臓より高く挙げ、悪化を防ぎます。

直接圧迫止血法

患部に厚めのガーゼを当てて、手で強く圧迫し、包帯を巻きます。患部が手足の場合は、心臓より高くします。感染防止のため、ビニール袋などで手を覆い、人の血液には直接触らないようにします。



工業高校なので、機械や道具を使っているときのケガも起きることがあります。予防のほかに、周りの人がケガをした時にも対処できるように振り返っておきましょうね。

耳鼻科検診が行われます！

1回目 9月16日(水) 5・6限目 (3年生、2S、1M1・1E)

2回目 9月23日(水) 5・6限目 (2M1・2M2・2E・2A

・1M2・1A・1S)

耳鼻咽喉科検診 耳、鼻、のどに治療が必要な病気や異常がないかを診ます。



〈耳〉 耳鏡を使って、耳の中を調べます。



〈鼻〉 鼻鏡を使って、鼻の中を調べます。



〈のど〉 舌圧子で舌を押し下げ、のどの様子を調べます。

検診前に、耳垢を取っておきましょう！

スクールカウンセラー 来校日

【9月】10日・17日・24日 【10月】9日・15日・22日・29日

予約は担任の先生、または保健室へお知らせください。

