

# 止血法

怪我などで出血してしまったら……



外傷などにより血管が傷つけられると「出血」が起こりますが傷つけられた血管の種類によって出血の状態も異なります。

私たちの体内には体重の7～8%の血液があり、体重60kgの人の全血量は約5ℓと考えられます。このうちの30%、約1.5ℓを失うと生命が危険な状態になります。

したがって、持続する出血があるときは直ちに止血法を行わなければなりません。

# 出血の種類



## ○動脈性出血

噴出するような出血を動脈性出血といい、血管が細くても真っ赤な血が脈打つように噴出します。大きな血管では、瞬間的に多量の血液を失って出血死のおそれがあります。緊急に応急手当を必要とするのは、この動脈性出血です。

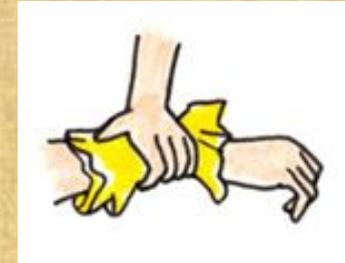
## ○静脈性出血

湧出のような出血を静脈性出血といい、赤黒い血が持続的に湧くように出血します。太い静脈からの出血も大量となり、止血の手当てが遅れると生命が危険な状態になります。

## ○毛細血管性出血

にじみ出るような出血を毛細血管性出血といい、指先を切ったり、転んですりむいたようなとき、傷口から赤色の血がにじみ出ます。

○出血時の止血法としては、  
出血部位を直接圧迫する



**直接圧迫法が基本です。**

**まず出血部位を確認します。**



# 直接圧迫止血法

出血部位をガーゼや布、ハンカチなどで直接圧迫する片手で圧迫しても止血しない時は、両手で体重を乗せながら圧迫。



# ポイント

- 圧迫するガーゼや布が血液で濡れてきた場合（出血部位と圧迫位置がずれている、または、圧迫する力が足りないなど）それらを取り除かず新たなガーゼや布で重ね圧迫する。できれば手袋やビニール袋で覆い感染防止に努める。
- 出血を止めるために手足を細い紐や針金などで縛ることは、神経や筋肉を損傷するおそれがあるので行いません。



# 気道異物

食べ物などが喉に詰まったら……！





- このように喉や胸をつかんでいる人はチョークサインという万国共通の合図です、すぐに119番通報を誰かに依頼する
- 物が詰まったの・話せますか・今から助けますと言葉をかける
- 激しく咳こんでる場合は本人の努力に任せる

声が出ないようならば窒息と判断し次の方法で異物除去を試みる

# ハイムリック法(上腹部圧迫法)

患者の後ろにまわり片手で握りこぶしをつくりその親指側を傷病者のみぞおちとへその中間に手をあてるもう一方の手を重ねて握り素早く上方に向かって圧迫するように突き上げる



妊婦や乳児に対してはハイムリック法は行わないこと

# 背部叩打法

ひざまずいて、傷病者を自分の方向にむけて側臥位にして手の付け根で肩甲骨の間を力強く何度も連続して叩く



## ポイント

- ハイムリック法と背部叩打法の両方が実施可能な状況で、どちらか一方を行っても効果のない場合は、もう一方を試みる

意識反応がない場合、あるいは最初は反応があって途中で反応がなくなったら？

- 傷病者の意識反応がなくなったら心肺蘇生を行う  
心肺蘇生を行っている途中で、口の中に異物が見えたならば、異物を取り除き、異物を探すために口の中を覗いたり盲目的に指で探るなど時間を費やすことはせずに心肺蘇生を行う

