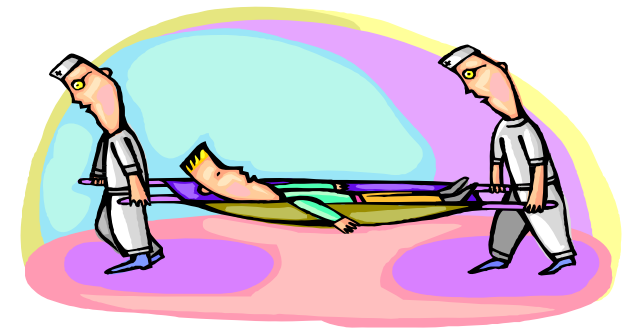


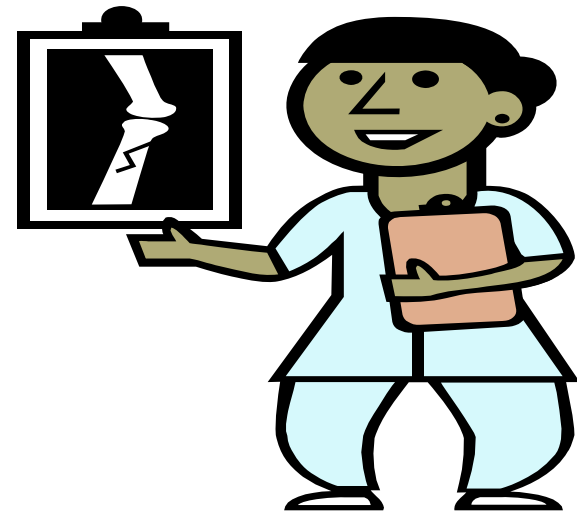
## 山行においての医療担当の心構え

- 1) 一人で行動せず近くに居る人の協力を得る
- 2) 何が一番大事か全体の様子を伺う(何が起きたか確認)
- 3) **二次災害を引き起こさない様**に全体を観察してからの行動とする
- 4) 解らない、疑問に思う、不安な時は独りで判断せず指導者又は他の人に相談する
- 5) 医療担当としての自覚を持つ
- 6) **何よりも自分の安全を確保してから行動に移す**
- 7) 分からない薬品、古い薬品は使用しない



## 医療担当の役割

端的に言うと「怪我、病人を発見してケアを行なう時、医療機関に引き渡されるまでの時間、その状態の悪化を防ぎつつ現状維持する作業」で医療機関での最善の治療が行われるように、又回復の妨げに成らない様に行う現場での応急処置



## 応急処置のポイント

- 1) 沢の水汚れ、砂、土は水道水で洗い流すよりは市販の水を使用と良い  
特別な場合で無ければ消毒よりも先ず**患部を清潔にする事が重要**)
- 2) 頭が痛い、吐き気がする、腹痛が有る等の症状なら**何時からか**心当たりが有るのか持病なら軽快させられる手段、薬の有無の確認:本人との会話が成り立つなら
- 3) 血、体液は直接触らず手袋をはめる、又必要により2枚重ねをする、使用済みの汚物はナイロンの袋に密閉:**感染の可能性を防ぐ**
- 4) 傷には清潔なもの出来れば滅菌ガーゼを当てる
- 5) 想像で薬品を使用しない事:思いがけなくショックを起すことも有り得る
- 6) 包帯等は珠結びを避けきつく巻かない:血流が悪くなる
- 7) 必要なら医療機関に電話連絡を行う

## 指の保存の仕方

指を切断:本人の切断部分を止血し指は洗い乾いた清潔なガーゼで包み、ナイロンの袋に入れる→更に氷の袋に入れ(直接氷に触れてはいけない、無い時は雪、更に無い時は沢の水)負傷者と指が一緒に行けない時は本人だけでも先に医療機関に受診する。

最後まで諦めない。※切断部分は泥を洗い流すがゴシゴシせず水圧は避ける。

長時間水にさらさないふやけてしまう。

ドライアイスは凍り接合部分の妨げになる可能性が有る



## 熱中症(熱射病 日射病)

原因: 環境温度が体温より高く身体のクーリング機能が追いつかない時に  
起こりやすい

初期: 多量の発汗、紅潮、めまい、頭痛、吐き気、筋肉の痙攣、などが起きる熱疲労、熱射病と言われる状態。

症状が悪化: 発汗は止まり皮膚が乾燥し紅潮する日射病と成る。  
重篤に成り死亡する事も有る。

[どうしたら良い?] 日射病疑いは**即座に身体を冷やし救急車を呼ぶ**  
放置して置くと重篤に成り兼ねないので**初期は木陰で安静に濡れタオルで**  
**額や後頭部冷やし体温を下げる。**自分のクーリング作用を促す為に水分補給させる。

日射病は水を掛けても良い位である。

熱中症の予防: **睡眠、水分、食事を欠かさない事**で簡単に予防可能

## 低体温症

原因：環境温度が体温より低い所で活動したり外気温に適応出来ず奪われる熱量が体内温度を上回った場合に起こる症状

初期症状：口唇色が悪い、震える、頻尿、思考錯乱、ろれつが回りにくい

〔どうしたら良い？〕山岳ではごく普通の症状だが全体を観察して軽視しない。カロリーの高い吸収の良いチョコやホットミルクを与え自力回復を手伝う。

※ 禁忌：喫煙、飲酒は低体温を助長させ悪化させる

※ 低体温症後の運動は冷えた血液が循環して更に体温を下げてしまう

着衣が濡れていたら着替え必要時毛布、レスキューシート(毛布の2~3倍の保温力)で保温する。水分補給で内部熱源燃やす、休息又は安静、食事をしっかりとする事が大事。医療機関の利用