

2023.7.30

救護マニュアル

麻生区剣道連盟救護委員会

【応急処置】

剣道の試合・稽古などで発生した傷害者に対する救急処置の原則は、医療機関で医療を受けるまでの応急処置です。

救命処置法は最も大切ですが、緊急性の判断をしてメモを作成し、それに基づく 119 番への通報と医療機関への搬送を冷静に的確に行うことが大切です。

*TPO メモ

T (Time) : いつ・時間 (発生時間)

P (Place) : どこで・場所 (発生場所と傷害部位)

O (Occasion) : どうして・どんな (傷害・疾病の原因と性状)

(1) 緊急性・重症度の判断の役立つチェックポイント

- スポーツ傷害 → ・顔色のチェック
→ ・生命徴候のチェック (体温・脈拍・呼吸)
→ ・意識のチェック

・顔色と表情の観察と対処

重症度の高い順に列記

- ① チアノーゼ (暗紫色) : 一次救命処置適応の可能性がある。
- ② 蒼白 : 頭部への血行を維持するように仰臥位か頭を下げる体位にする。
- ③ 潮紅 : 枕をそえて頭部を高くする。

・生命徴候のチェック

体温・脈拍・呼吸の3つのサインは生命維持機能の徴候です。

・意識のチェック

種々の刺激 (声かけ、体に触れる、皮膚をつねるなど) 反応によって意識障害のレベル (昏睡・混迷・傾眠) を評価する。

意識障害を認めたら救急車を要請する。

(2) スポーツ傷害に対する一般的な応急処置の原則

RICE（安静・冷却・圧迫・挙上）の手順

- R（Rest）：患部の「安静」
- I（Icing）：患部の「冷却」
- C（Compression）：包帯などによる患部の「圧迫」固定
- E（Elevation）：患部を心臓より高い位置に「挙上」

*アイシングは氷水袋や氷冷パックを患部に 10～20 分密着させるのが原則で、そのあとで 5～10 分ほど外すことを反復すると組織の損傷を防止して治癒を促進させる。

【感染対策について】

※これらの対応は、新型コロナウイルス感染症流行期の対応です。

救命処置のなかに人工呼吸がありますが、新型コロナ感染症の拡大に伴い応急手当を行う方の感染を防止するため、以下の点に気をつけてください。

- 自分のマスクがあれば着用しましょう。
- 意識や呼吸の確認は、倒れている人の顔と応急手当を行う方の顔があまり近づきすぎないようにします。呼吸の確認は、胸とお腹の動きを見て行います。
- 倒れている人が大人の場合
胸骨圧迫のみを行い、人工呼吸は行わないでください。
- 倒れている人が子どもの場合
人工呼吸の訓練を受けており、それを行う意思がある家族等は、胸骨圧迫に加えて人工呼吸を行います。
人工呼吸用マウスピース（一方向弁付）等があれば、活用しましょう。

以上

【参考資料】

[AED を含む一次救命処置（小児、成人対象） | 全日本剣道連盟 AJKF \(kendo.or.jp\)](#)

[【日本赤十字社】一次救命処置（BLS）～心肺蘇生と AED～（字幕なし）](#)