

とっさの時の応急処置 緊急時知識編(内科)

今回の応急処置は、内科からみるケース(成人)を例にあげてみました。症状から主に疑われる病気、病院に行く前の応急手当や対処方法を、ぜひ覚えておいてください。

どの症状でも冷や汗が出たり、症状が頻回にあったり、長引く場合には、早急に医療機関を受診してください。



千葉県医師会
健康教育委員会委員長
あきば ひとし 医師
秋場 齊 医師



監修

千葉県医師会
健康スポーツ医学研究委員会
なかむら まさと
中村 真人 医師

① 意識を失う

原因は、脳卒中や心室細動などの脳や心疾患が多いのですが、糖尿病、尿毒症、肝不全などの代謝疾患、さらには出血など様々な重篤な疾患が原因になります。

基本的には、以下のような救急蘇生の手順に従います。

- ① 周囲の状況を確認します。(ガス中毒などが原因のこともあり、周囲の状況の安全確認をして、救助者も同じ状態にならないように注意します。)
- ② 呼びかけを行い、反応が無ければ応援を呼びます。
- ③ 次に手分けをして、救急車・AEDの手配をします。
- ④ 呼吸が無い、脈が触れない場合は、心臓マッサージを行います。(医療従事者ではない一般の方の場合、人工呼吸は無理に行う必要はありません。質の良い心臓マッサージをして救急車の到着を待ちます。)



※ AEDが到着したら、AEDを装着しAEDの音声ガイドに従います。

※ 意識を失っている人を、なるべく動かさないようにします。(例えばホームから転落した等、危険な場合を除く) やむをえず移動する場合は、頭部を動かさないように複数の人で、嘔吐がある場合は、窒息しないように横向きにします。

② 呼吸が苦しい

気管支喘息^{ぜんそく}、肺気腫^{はいきしゅ}、気胸^{ききょう}、心不全などの肺疾患・心疾患が考えられます。

呼吸苦が激しい場合は救急車を呼び、呼吸しやすい姿勢^{*}にし、気道を確保して待ちます。

※ 枕などを抱えて、机にうつぶせになります。

※ ひざ下にクッションを入れてひざを曲げ、体を斜め45度に起こした姿勢にします。

また、呼吸しやすくするために、呼吸のタイミングと合わせて背中を押すようにさせます。浅く速い呼吸になっていたら、ゆっくり息を吐くようにさせます。(息を吐けば自然に吸えます。)



③ 胸痛

心筋梗塞^{こうそく}・解離性大動脈瘤^{かいりせいだいどうみゃくりゅう}などの心疾患や、気胸・胸膜炎など肺疾患が考えられます。

冷や汗があったり、呼吸苦を訴えたら、すぐに病院を受診しましょう。対応としては

- ・体を楽な姿勢にして安静を保つ。
- ・締め付けているものを取る。
- ・保温する。
- ・ショック症状の場合は、救急蘇生の手順に従います。



① けいれん

てんかん・脳腫瘍^{しゅよう}・くも膜下出血などの脳血管障害が多くみられますが、妊娠中毒症・低血糖など他の疾患でも起こります。(遺伝的にけいれんを起こしやすい体質の人もあります)

対応としては、けいれんでケガをしないように、安全な場所で横向きに寝かせて、気道を確保してください。また、実際に舌を噛むことは少ないので、無理に口をこじ開けないでください。

② 激しい下痢

細菌やウイルスによる腸炎から、潰瘍性大腸炎^{かいようせい}などの自己免疫疾患、さらには大腸ガンなど悪性のものまで、消化器疾患が原因として多いと思われます。

衣服をゆるめ、とくに腹部を温かくして安静にします。

下痢は便とともに水分が外に出てしまうので、脱水症状を起こさないように、とにかく水分補給をします。水分補給は、湯冷ましや番茶など温かいものを、脱水量が多いときには、電解質や糖分を含むOS-1^{*}なども良いでしょう。しかし、糖質・電解質濃度が高いとかえって飲みにくいこともあり、その時は薄めて飲むようにしてください。その際、冷たいまま飲むとかえってひどくなりますので、一口一口噛み締めながら口の中で温めて飲みます。

下痢は、ウイルスや細菌を体外に排出しようとする体の防御反応ですから、下痢止めを安易に服用することは避けましょう。

吐き気がないようなら、うどんやおかゆ等、消化の良い炭水化物を取るようになります。

下痢がなかなか止まらず、嘔吐や発熱を伴う場合や、白い便、真っ黒い便、血液や粘液が混ざった便が出たときは、病院を受診してください。

※OS-1(経口補水液)：数種類の電解質とブドウ糖などがバランス良く含まれている、からだへの吸収に優れている補水液。



③ 誤飲

誤飲してしまったら、どんなものでも吐かせようとしていませんか？ 誤飲して吐かせてはいけないものがあるので、ぜひ知っておいてください。

- ① 画鋸・針：無理に吐かせると、のどや食道の粘膜を傷つける恐れがあるため。
- ② 石油・漂白剤：吐かせると気管に入りやすく、それが肺に入ると肺炎を起こし、命にかかわる場合があるため。
- ③ 酸性やアルカリ性の洗剤：のどや食道の粘膜を傷つける恐れがあるため。
- ④ タバコ：ニコチンがかえって体内に広がる可能性があるため。 ※ただし、口の中にあるものをすべてきれいに取り除くことは必ず行ってください。
- ⑤ ボタン電池：強アルカリ性の為、消化器官に穴をあけてしまうことがあります。至急病院を受診してください。



吐かせないで!

① 腹 痛

胃潰瘍^{かいよう}、胆石症^{たんせき}、急性虫垂炎^{ちゅうすいえん}などの消化器疾患から、尿路結石、子宮外妊娠など、様々な病気が原因になります。みぞおちの痛みの場合には、心筋梗塞などの心疾患も原因になります。

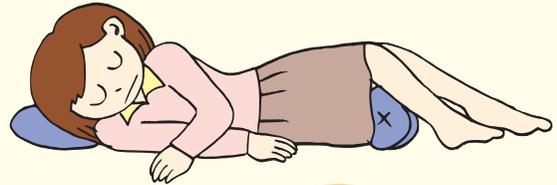
まずは衣服をゆるめ膝^{ひざ}の下にクッションを入れて膝を曲げて寝かせ、腹部に緊張がかからないようにします。

むやみに市販の薬を飲んではいけません。また、吐き気がある場合は、横向きに寝かせてください。

吐き気がする時は我慢せず、思い切り吐かせてしまいましょう。背中をさすってあげたりするとよいです。その時、嘔吐物が気管に入らないように注意してください。

吐いた後は口の中をすすいで清潔にし、嘔吐が落ち着いたら横になるなどしながら安静にしましょう。

ただし、嘔吐とともに、意識障害やけいれん、発熱を伴うときや、吐いたものに茶褐色の血液の塊や鮮血が混じるときには、すぐに病院に行きましょう。



注意ポイント：痛みの発症様式、時間経過は大切なポイント！

① いつから痛むのか ② 痛み方 ③ 痛みの場所
これらを観察し、医師に伝えてください。

危険な兆候

突然発症の激しい痛み、冷や汗、増悪していく痛み、歩くときに響く痛み、食事がとれない痛み、嘔吐や発熱が続くなどの項目に該当する場合は、医療機関を受診してください。

注意が必要な症状

- ・冷や汗をかいて、意識障害を起こすなど、ショック状態のとき。
- ・脂汗をかいて、何度も姿勢を変えたり、体を折り曲げて丸くなっているとき。
- ・腹部が硬く、板のようになっているとき。

→すぐに救急車を呼んでください。



どの緊急事態も経過をよく観察しながら、
できるだけ早く病院へ行く、
救急車を呼ぶなどの対応を行ってください。

