

## 止血法（直接圧迫止血法）

一般に体内の血液の20%が急速に失われると出血性ショックという重篤な状態になり、30%を失えば生命に危険を及ぼすといわれています。そのため、出血量が多いほど、止血手当を迅速に行う必要があります。

止血法としては、出血している部位を直接圧迫する『直接圧迫止血法』が基本となります。



### 1 出血部位を確認する

### 2 出血部位を圧迫する

- 清潔なガーゼやハンカチ、タオルなどを重ねてきず口に当て、その上から、出血部位を指先や手のひらで強く圧迫します。
- 大きな血管からの出血の場合、片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫します。



- 感染防止のため血液に直接触れないように、できるだけビニールやゴム製の手袋を使用します。ビニール袋などで代用することもできます。
- 出血が止まらない場合ベルトなどで手足の根元を縛る方法もありますが、神経などを痛める場合があるので、そのための訓練を受けた人以外は行わないでください。
- 圧迫部位が出血部からずれていたり圧迫する力が足りないと十分止血できず、ガーゼなどが血液で濡れてきます。

## 119番通報が必要な場合

- 大量に出血している場合や出血が止まらない場合、ショックの症状がみられる場合には、直ちに119番通報してください。

## ショックの見方

顔色や呼吸を見ます。主な症状は次のとおりです。

- 目がうつろ、ぼんやりとした表情
- 唇が白っぽい、もしくは紫色（チアノーゼ）
- 呼吸が速く、浅くなる
- 冷や汗が出る
- 体が小刻みにふるえる
- 皮膚が青白く、冷たい

※同時に全ての症状がみられるわけではありません。

