



Nihon Clinic
日本クリニック
PRESENTS

健康ニュースレター

MONTHLY NEWS LETTER for HEALTH

2017



今月のテーマはこちら



傷の応急手当について

春の訪れとともに屋外での活動も増え、ちょっとした切り傷、擦り傷を作ってしまう機会も増えるのではないのでしょうか。怪我をした時は、思わぬ出血や痛みで一瞬パニックにもなりやすいものです。そうした緊急時に慌てなくて済むよう、今回は傷の応急手当について、医療機関にかかる目安についてお伝えさせていただきます。



1. 傷口をよく洗う。特に、泥、小さなゴミ、破片などの異物は完全に洗い落としてください。できれば石鹸を使って水道水できれいに洗いましょう。未開封であればペットボトルの水も使えます。右記にご紹介する洗浄用スプレーがあると便利です。
2. 抗生物質入り軟膏をつけてもよいでしょう（BACITRACIN, NEOSPORIN, POLYSPORIN 等、様々な種類があり、いずれも薬局にて処方箋なしで購入できます）。

3. 傷が塞がるまで絆創膏、ガーゼ等で覆ってください。
4. 痛みが強い場合は鎮痛消炎剤（TYLENOL等）を服用されると痛みが和らぎます。
5. 腫れていれば冷やしましょう。できれば心臓の高さより上にあげると腫れや、ズキズキとする痛みが和らぎます。

次のような場合は医療機関を受診してください。

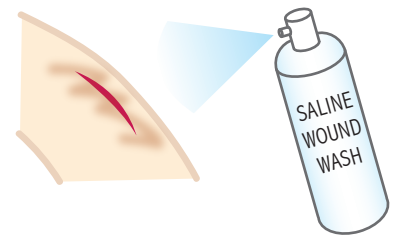
1. 傷が深い場合（傷口を抑えてもいつまでも出血が止まらない、または傷を受けた手や足がしびれる、動かせないなどの場合）。
2. 傷の中に異物が残っている可能性がある場合。
3. 傷を負って通常24時間以降に、傷が熱を持って赤く腫れている、膿が出る、などの感染の症状がある場合。



準備されておくと、いざというときに役立つものをご紹介します。こちら薬局で購入できます。

■ SALINE WOUND WASH

傷洗浄用の生理食塩水スプレーで、薬局で購入できます。



■ FIRST AID KIT

傷の初期手当に必要な物品が揃っています。



なお、破傷風の予防接種を10年以内に受けておられない方は受けておくことをお勧めいたします。当院でも破傷風の予防接種を行っております、お気軽にお問い合わせください。

Nihon Clinic
日本クリニック

CHICAGO

SAN DIEGO

2010 S. Arlington Heights Rd.
Suite 101 Arlington Heights, IL 60005

予約 847.952.8910

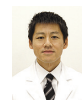
小児科 847.640.5437

内科 847.758.8080

カイロ科 847.956.3250

✉ chicago@nihonclinic.com

- 一般外来診療・内科・小児科・青年科・整形外科・カイロ科
- 人間ドック（ほぼ全検査項目を当院内で受診できます）
- 脳ドック（頭部 MRI、頭部 MRA、頸動脈エコー）
- 各種検査、手術、入院の手配 ● 胃内視鏡検査
- 検診・予防接種（乳幼児・小中高大学 / 日米用報告書作成）
- マッサージ、エステ ● カウンセリング



四方, M.D.
内科



松本, M.D., Ph.D.
家庭医学科/
小児科・内科



川又, D.C.
カイロプラティック科



黄, M.D.
整形外科



栗原, LCSW
心理カウンセリング



高崎, L.M.T.
マッサージ

www.nihonclinic.com