



子どもがケガをしたとき

どうしたらいいの？



お子さんがケガをしたとき、どうしたらいいのか、ドキドキしてしまった経験はありませんか？そのときに、家庭でできる応急処置について、本園の養護教諭に聞いてみました。ぜひ、参考にしてみてください。



ケガの処置に迷ったときは、小児科で相談しましょう。困ったときに相談しやすいため、近所にかかりつけの病院を持つことをおすすめします。

すり傷・切り傷

あうちでできること

- ① 傷口をきれいに洗う。
- ② 小石やガラス片が入り込んでいないか観察する。
- ③ 出血があるとき、しんしゅつえき滲出液が多いときは、ばんそうこう絆創膏等をあてる。出血等がないときは、そのまま様子を見ても良い。



Point

傷に、砂や汚れが残っていると、感染症の原因になります。**傷口の周りの皮膚も**、念入りに洗いましょう。

外科・皮膚科

こんなときは受診を

- ・傷を深くえぐっているとき
- ・小石やガラス片等、異物が多く残ったとき
- ・傷口が化膿したとき



打撲・ねんざ

あうちでできること

- ① 保冷剤や氷ひょうのう嚢を使用して、冷やす。
- ② 安静にする（動かさないようにする）。
- ③ 患部を心臓より上にあげる。
- ④ 三角巾やバンダナ等を使用して、固定する。



患部を長時間冷やし続けると、**凍傷になる**ことがあります。注意しましょう。

Point

脳神経外科
小児科

こんなときは受診を

- ・頭や顔の打撲
意識障害、嘔吐、吐き気、耳等からの出血等異常があればすぐに受診
- ・胸や腹の打撲 小児科
骨折や内臓損傷の恐れがある場合は受診
- ・その他の打撲・ねんざ 整形外科
2～3日たっても痛みがある、患部の変形、ひどい腫れや変色があるときは、骨折の可能性があるので受診



鼻血

あうちでできること

- ① 座って、軽くうつむく（上を向かない）。
- ② 小鼻を5～10分ほど押さえる。
- ③ 当日中は、鼻をかまない、すすらない。
- ④ 再度、出血した際は、鼻をつまむ。

手袋をして、親指と人差し指で、小鼻を押さえましょう。



こんなときは受診を

耳鼻科

- ・どうしても止血できない
- ・大量の出血量
- ・頭を打って鼻血が出た
- ・何度も鼻血を繰り返す



歯が抜けた・欠けた

あうちでできること

- ① うがいをして口の中を清潔にし、出血していればガーゼで圧迫止血する。
- ② 抜けた歯、折れた歯は、市販の保存液や牛乳に入れる。

口腔外科、歯科、小児科

- ③ すぐに歯科医院を受診します。（抜けた歯、欠けた歯を持っていく）



※歯を乾燥させない
※歯根膜は絶対に触らない

歯の根っこ、普段は歯肉に埋まっている部分



予防のためにできること

転んだときに、手をつく練習をしましょう。歯以外にも、顔のケガの防止になります。

- 【例】
- ・膝をついて前に倒れ手を床に着く
 - ・ハイハイをする 等



絵本のご紹介



『みみかきめいじん』 かがくい ひろし 講談社



『おおきくなるっていうことは』 中川 ひろたか 童心社

『おへそのあな』 長谷川 義史 BL出版



『みんなうんち』 五味 太郎 福音館書店



『おっぱい』 みやにし たつや すずき出版

