

[ワークショップA]

レクリエーション活動時のけが対応—三角巾を使った応急手当の実際—

浅川和美

〔山梨大学大学院教授・博士（医科学）〕

三角巾は、頭から手足の先。全身を覆うことができる万能包帯です。今日は、実際に三角巾を使って腕や手や頭を巻いてみましょう。三角布の使い方を応用して、ハンカチやスカーフを使っての応急手当もできます。

三角巾の使い方の基本を覚えて、レクリエーション活動時のけがの手あての技を身につけましょう。

1. 三角巾を使って、様々な幅の包帯を作って、身体の各部位に合わせた包帯を作ります。

1) 三角巾の部位の名前

下縁（二等辺三角形の底辺）、頂点、端

2) 三角布を使って幅の違う包帯を作る

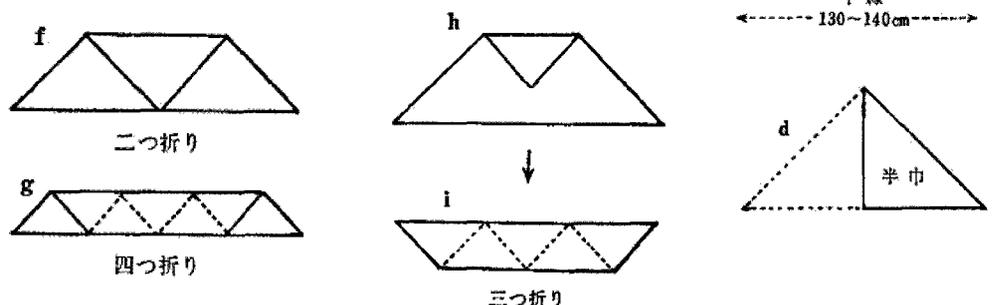


図1 三角巾の折り方（出典1）：藤原文夫著：包帯の巻き方，p 5,南江堂 2002.)

2. 三角巾を使った手の包帯

手の大きさに合わせて三角に折ります（図1-d）。

頂で指先から手を包み、縁と手首を揃えます。

両端を反対方向から巻きつけて、コマ結びで縛ります。

足先も同様の方法で行います。

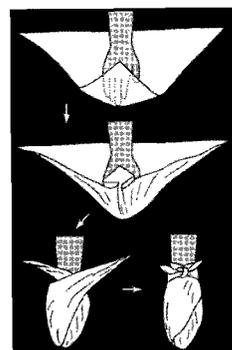


図2 手の包帯（出典1） p 32.

3. こま結び

結び目がしっかりしていて緩まず、ほどくのも容易です。

結び目が傷の上や周辺になると痛みや不快感を生じるので避けますが、結び目が平らなので皮膚や傷口にやさしく結べます。

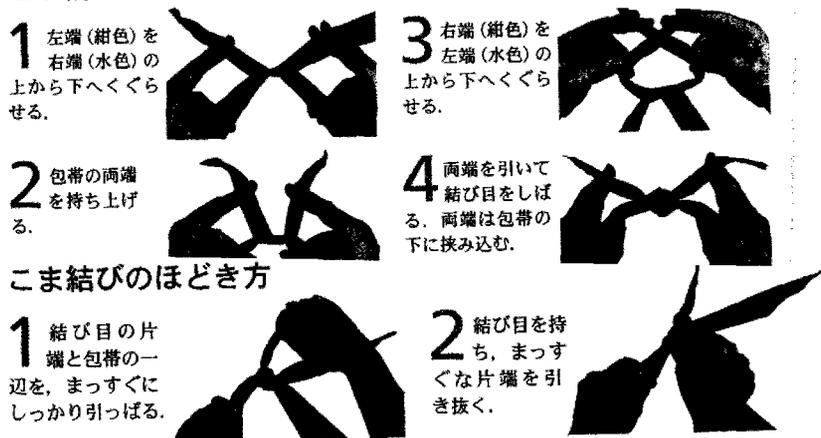


図3 こま結びの結び方とほどき方 (出典1 ; p 58)

4. 腕と肩の固定と保護

腕をつる場合、肘から手首までを水平か、やや手首が上がる位置で腕を支えて、図のように三角巾で縛ります。

図4-a 上肢の安静

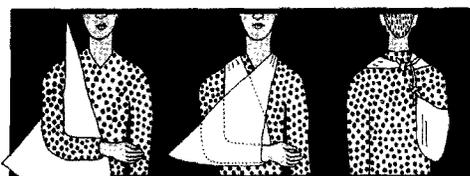


図 II-36. 右提肘帯

図4-b 上肢の安静



図 II-37. 右提肘帯
図 II-36, 37 いずれの方法でもよい。

図4-c 上肢と肩の固定

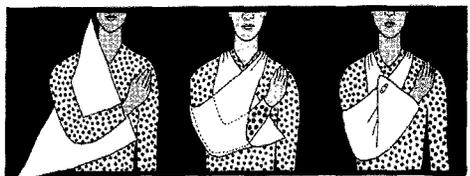


図 II-38. モール提肘帯
鎖骨骨折の応急処置として用いられる。

5. 三角巾のたたみ方