

| | | | |
|-----------------------------------|----|-----------------------------------|----|
| 5. アスレティックトレーナー自身のリ スク管理…………… | 32 | c. 指の切断…………… | 47 |
| ③ 特殊な外傷の救急処置…………… | 35 | d. 刺し傷…………… | 48 |
| 1. 筋けいれん…………… | 35 | 9. 落雷…………… | 48 |
| a. こむら返り…………… | 35 | a. 概要…………… | 48 |
| b. 肉ばなれ…………… | 36 | b. 病態…………… | 48 |
| c. 筋挫傷…………… | 37 | c. 応急処置…………… | 48 |
| 2. 熱傷（やけど）…………… | 37 | d. 予防…………… | 49 |
| a. 概要…………… | 37 | e. 医療機関受診の適応とそれまでの 処置, 注意…………… | 49 |
| b. 病態…………… | 38 | f. 被雷して意識がある場合…………… | 49 |
| c. 熱傷面積と重症度の判断…………… | 38 | 10. 一酸化炭素中毒（CO中毒）…………… | 49 |
| d. 応急処置…………… | 38 | a. 概要…………… | 49 |
| 3. 日焼け（サンバーン）…………… | 39 | b. 病態…………… | 50 |
| a. 概要…………… | 39 | c. 症状…………… | 50 |
| b. 病態…………… | 39 | d. 応急処置…………… | 50 |
| c. 応急処置…………… | 39 | ④ 患部の固定法…………… | 51 |
| d. 医療機関受診の適応とそれまでの 処置, 注意…………… | 39 | 1. 患部固定の意義…………… | 51 |
| e. 予防法…………… | 40 | a. スポーツ外傷の対処法としての患 部固定…………… | 51 |
| 4. 凍傷…………… | 40 | b. スポーツ現場での固定処置…………… | 51 |
| a. 概要…………… | 40 | c. スポーツ現場での固定処置の目的 …………… | 51 |
| b. 病態…………… | 40 | d. 固定資器材の準備…………… | 51 |
| c. 症状…………… | 41 | 2. 固定法の具体的な方法と実際…………… | 52 |
| d. 応急処置…………… | 41 | a. 各部位の基本的な固定法…………… | 52 |
| e. 予防…………… | 42 | b. 包帯法…………… | 53 |
| 5. 眼の外傷, トラブル…………… | 42 | c. 応用副子やシーネを用いた固定法 …………… | 55 |
| a. 眼部打撲（眼窩底骨折）…………… | 42 | d. 器具を用いた固定法…………… | 57 |
| b. 異物の混入…………… | 42 | e. テーピングを用いた固定法…………… | 59 |
| c. コンタクトレンズ障害…………… | 43 | ⑤ 運搬法（選手の移動）…………… | 60 |
| d. 雪目…………… | 43 | 1. 運搬（移動）時の留意点…………… | 60 |
| 6. 植物による被害…………… | 44 | a. 確認…………… | 60 |
| a. ウルシにかぶれた場合…………… | 44 | b. 計画…………… | 60 |
| b. イラクサにかぶれた場合…………… | 44 | c. 行動…………… | 60 |
| c. その他…………… | 44 | 2. 各種運搬法…………… | 60 |
| 7. 動物による被害…………… | 44 | a. 少人数で運ぶ方法（1～3人）… | 60 |
| a. ヘビに咬まれた場合…………… | 44 | b. 比較的大人数で運ぶ方法…………… | 61 |
| b. 動物に襲われた場合…………… | 45 | c. 担架, バックボードで運ぶ方法… | 62 |
| c. 虫に刺された場合…………… | 46 | d. 水中での（からの）搬送…………… | 63 |
| 8. 擦り傷, 切り傷, 刺し傷等…………… | 47 | | |
| a. 擦り傷…………… | 47 | | |
| b. 切り傷…………… | 47 | | |

D. 緊急時の救命処置

| | | | |
|-----------------------|----|---------------------|----|
| ① 心肺蘇生法…………… | 67 | a. 観察と安全確認…………… | 71 |
| 1. 心肺蘇生の意義…………… | 67 | b. 呼吸の確認…………… | 72 |
| 2. 心肺蘇生の必要性と基礎知識…………… | 68 | c. 胸骨圧迫…………… | 73 |
| a. 心臓の生理学…………… | 69 | d. 人工呼吸…………… | 73 |
| b. 心停止…………… | 69 | e. 胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ… | 75 |
| 3. 心肺蘇生の実際…………… | 71 | f. AEDの使用…………… | 75 |

| | | | |
|--------------------------------------|----|---|----|
| g. 2次救命処置 (ACLS) との連携… | 78 | 4. 頸部外傷 (脊椎外傷を含む) の救急 処置の実際…………… | 91 |
| h. 気道内異物の除去法…………… | 78 | a. 緊急性, 重症度の評価と処置…………… | 91 |
| i. 子どもの1次救命処置…………… | 79 | b. 現場における頭頸部外傷の判定方法… | 91 |
| j. 溺水時の心肺蘇生法…………… | 81 | c. 緊急性, 重症度の評価と処置およ び運動続行の判断と経過観察…………… | 91 |
| k. 心肺蘇生法を中止してよい場合… | 82 | 5. 頭頸部・脊椎外傷時の現場における 応急処置の実際—コンタクトスポー ツのフィールドから…………… | 92 |
| ② 頭頸部・脊椎外傷時の救急処置…………… | 83 | a. 現場に駆けつけるときのリーダー の心構え…………… | 92 |
| 1. 頭部外傷の救急処置の留意点…………… | 83 | b. 現場での応急処置の実際…………… | 92 |
| a. 頭部外傷の起こる受傷機転…………… | 83 | c. 神経系テストの活用…………… | 94 |
| b. 頭頸部外傷の発生頻度…………… | 83 | d. しばらく様子を見る場合…………… | 95 |
| c. 倒れた場合の取り扱いかた…………… | 83 | e. 異常がない場合…………… | 95 |
| 2. 頭部外傷の救急処置の実際…………… | 85 | f. 帰宅時および帰宅後…………… | 95 |
| a. 緊急性, 重症度の評価と処置…………… | 85 | g. 実際に起こったケースから…………… | 95 |
| b. スポーツ現場での脳震盪の評価… | 86 | h. 処置の実際…………… | 97 |
| c. 運動続行の判断と経過観察…………… | 90 | | |
| 3. 頸部外傷 (脊椎外傷を含む) の救急 処置の留意点…………… | 90 | | |
| a. 四肢麻痺の有無と原因…………… | 90 | | |
| b. 頸椎の解剖…………… | 91 | | |

E. 内科的疾患の救急処置

| | | | |
|----------------------------------|-----|--|-----|
| ① 暑熱による障害 (熱中症) …………… | 101 | ④ ショック…………… | 108 |
| 1. 熱中症とは…………… | 101 | 1. ショックとは…………… | 108 |
| 2. 熱中症の分類…………… | 101 | 2. ショックの一般症状…………… | 108 |
| a. 軽症 (熱けいれん, 熱失神) …… | 101 | 3. ショックの病態と原因…………… | 108 |
| b. 中等症 (熱疲労) …………… | 101 | a. 心拍出量の低下によるもの…………… | 108 |
| c. 重症 (熱射病) …………… | 102 | b. 血管抵抗の低下によるもの…………… | 108 |
| 3. 熱中症への対処…………… | 102 | 4. 状況の把握…………… | 109 |
| a. 暑い環境で運動中に様子がおかし くなったら…………… | 102 | a. ショック状態観察のポイント…………… | 109 |
| b. 意識およびバイタルサインの確認 …………… | 102 | b. 出血について…………… | 109 |
| c. 通報, 搬送, 伝達…………… | 102 | c. 病歴の把握…………… | 109 |
| d. 安静, 冷却…………… | 102 | d. 発症の状況…………… | 109 |
| e. 体位…………… | 103 | 5. ショック状態への対処…………… | 109 |
| f. 水分, 塩分の補給…………… | 103 | a. 気道の確保…………… | 109 |
| 4. 熱中症の予防…………… | 103 | b. 体位…………… | 109 |
| ② 寒冷による障害…………… | 104 | c. 保温…………… | 110 |
| 1. 低体温…………… | 104 | 6. ショックの予防…………… | 110 |
| a. 低体温のメカニズム…………… | 104 | ⑤ その他 (スポーツでよくみられる内科 的疾患) …………… | 111 |
| b. 低体温の病態と症状…………… | 104 | 1. 発熱…………… | 111 |
| c. 低体温の観察, 判断と対処…………… | 104 | a. 体温が高いときは…………… | 111 |
| 2. 凍傷…………… | 105 | b. かぜをひいているときに, スポー ツに参加することについて…………… | 111 |
| a. 凍傷の病態と症状…………… | 105 | c. 予防…………… | 111 |
| b. 現場でできる対処…………… | 105 | 2. 頭痛…………… | 111 |
| ③ 過換気状態…………… | 106 | a. 緊急性の高い頭痛…………… | 111 |
| 1. 過換気の原因と結果…………… | 106 | b. 緊急性の低い頭痛…………… | 112 |
| 2. 過換気症候群…………… | 106 | 3. めまい, 失神…………… | 112 |
| 3. 過換気症候群の症状…………… | 106 | a. 回転性めまい…………… | 112 |
| 4. 過換気状態への対処…………… | 106 | b. 動揺性めまい…………… | 112 |