

おうきゅうてあて 応急手当の「あいうえお」



どんなに気をつけていても、ケガをすることはあります。

学校で一番多いのが、ぶつけたケガ(打撲)^{だぼく}です。

打撲やねんざ、骨折をした時、どうしたらいいのか？覚えておきましょう。^{おぼ}



^{あんせい}
安静にして、動かさない



^ひ
いたるところを冷やす



^{しんぞう}
心臓より、高くあげる



^お ^{あっぱく}
押さえて圧迫