

② 骨折、脱臼、捻挫

- 骨折や脱臼では患部を安静にして、副子で固定する
- 捻挫は患部を冷やして安静にする

骨折

- ①骨折とは強い外力により骨が折れたり（完全骨折）、ひびが入る（不完全骨折）ことをいいます。骨折をすると、骨折部の痛み、腫れ、変形、皮下出血がみられます。
- ②単純骨折（皮下骨折）は皮膚にきずがみられず、骨折部が外界と連絡していないもので、骨折部を安静にして固定します。固定後は腫れを防ぐために、できるだけ患部を高くして、冷やして、整形外科を受診します。
- ③複雑骨折（開放骨折）は皮膚のきずを通して、骨が外から見えているもので、きずは清潔なガーゼや布で圧迫し、骨折部も固定します。手足がひどく曲がっている時や骨折端が外に出ている場合には戻さないようにして救急車を呼びます。

脱臼

- ①脱臼は関節が外れたもので、特に肩、肘、指に起こりやすく、激しい痛みのため自発的に動かすことはできません。
- ②関節周囲の血管、神経などを痛めるため、脱臼をはめようとしたり、関節の変形を直そうとしたりしてはいけません。
- ③患部をできるだけ楽にして、固定をした上で整形外科を受診します。骨折や脱臼の固定には副子を用います。副子は病変部の上下の関節を含める位の十分な長さ、強さ、幅をもつものであれば何でもよく、たたんだ新聞紙、週刊誌、ダンボール紙、板、棒、杖、かさ、バットなどを利用します。皮膚と副子の間にはタオルなどを十分に入れ、手足の先の血行を妨げない程度（皮膚が変色していない）に、包帯、ハンカチ、ふきんなどで固定します。



捻挫

- ①捻挫は関節が外れかかってもどったもので、起こりやすい部位は足首、手首、指、膝です。
- ②捻挫では腫れと痛み、皮膚の変色などがみられますが、患部を冷やし、安静にして様子を見ます。
- ③X線で調べないと皮下骨折と区別しにくいいため、関節の腫れや痛みが続く場合には整形外科を受診してください。