

응급처치 방법

보건실

1. 심폐소생술

<p>심정지 국민 행동 지침</p>  <p>1. 깨우고 흔들어 깨워 봅니다</p> <p>2. 알리고 어무 반응이 없으면 119에 신고합니다</p> <p>3. 누르고 견갑골간격을 강하고 빠르게 누릅니다</p> <p>4. 자동제세동기 사용하기 자동제세동기가 있으면 사용합니다</p>	<p>1단계 : 의식 확인</p> <ul style="list-style-type: none"> - 어깨를 두드리거나 이름을 부른다. - "여보세요.. 눈떠 보세요" 등 - 반응이 없다면 '의식 없음'으로 판단한다. 	
<p>2단계 : 119에 구조 요청 & 제세동 요청</p> <ul style="list-style-type: none"> - 주변인 중 특정 1인을 지목하여 119에 신고하도록 한다. - 주변에 아무도 없다면 먼저 119에 신고하고, 가슴 압박을 실시한다. 		
<p>3단계 : 호흡확인</p> <ul style="list-style-type: none"> - 가슴 압박의 시작 지연 예방을 위함 		
<p>4단계 : 가슴(흉부) 압박</p> <ul style="list-style-type: none"> - 양쪽 유두선 중앙에 손바닥을 대고 그 위에 다른 손을 겹쳐 손꿈치를 펴고 수직으로 압박 - 1분당 100회 이상 - 5cm 이상 깊이 		
<p>5단계 : 제세동기 사용</p>		


2. 제세동기

<p>사용법</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자동제세동기의 전원을 켜고, 음성안내에 따른다. 2. 환자의 상체를 노출시킨 후 전극 패드를 오른쪽 빗장뼈 아래와 왼쪽 유두아래 겨드랑이선에 부착한다. 3. 심폐소생술을 멈추고, 심장 리듬 분석을 기다린다.(리듬 분석, 제세동시에만 심폐소생술을 멈춘다) 4. 환자에게서 떨어져 안내에 따라 제세동 버튼을 누른다. 5. 제세동 후 즉시 심폐소생술을 시행한다.
	

3. 기도폐쇄 (하임리히법, 복부밀쳐올리기)

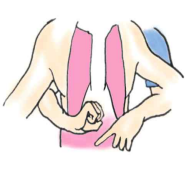
원인	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 혈액, 음식물(사탕, 떡, 젤리, 고기), 구토물 등으로 혀나 목구멍의 근육이 뒤로 처져 기도가 막힘. ▶ 질식 예방을 위해서 땅콩, 사탕, 떡, 고기 등 음식물을 먹을 때 웃기거나, 뒤에서 치거나, 놀라게 하는 것은 위험함. ▶ 두 손으로 목을 감싸 기침을 하거나 썹썹하는 천명음이 들리며 심하면 얼굴이 새파랄게 변한다. <p>※ 기도가 완전히 막힌 경우 3~4분 이내에 의식을 잃게 되고 5~6분이 경과하면 사망하게 된다.</p>
----	--

응급처치	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 환자의 뒤에 서서 양팔로 허리를 감싼 다음 처치자의 한쪽 손을 말아 쥐고 환자의 상복부 부분(검상돌기와 배꼽중간)에 댄다. ▶ 다른 한 손으로 주먹을 감싼 후에 상복부를 후상방으로 강하게 밀쳐 올리는 것 반복한다. ▶ 비만환자는 상복부가 아닌 흉부를 밀쳐 올린다. ▶ 자기 혼자밖에 없을 경우는 손이나 의자 등을 사용해서 상복부를 압박하여 같은 효과를 내도록 수 차례 시도한다.
------	--




기도폐쇄(초킹사인)를 확인하고 도와주겠다고 동의를 얻는다.

1 기도폐쇄 확인




흉골하단 끝부분(=명치끝)과 배꼽 사이의 중간 지점의 복부에 주먹 왼 손의 엄지 쪽을 댄다.

복부밀어내기 위치 2



계속 복부 밀어내기를 반복하지 말고 한번 할 때마다 확실하게 시행하고 그때마다 이물질이 제거되었는지 확인한다.

4 이물질 확인



다른 한 손으로 주먹을 감싸 쥐고 환자의 복부 안쪽, 위 방향(45도 후상방)으로 빠르게 밀어 올린다.

복부 밀어내기 3

4. 간질 발작 ※ 대부분의 간질 발작은 3~5분 안에 저절로 멈춘다!! 는 사실을 명심하고 침착하게 행동한다.

응급처치

- ▶ 주변의 딱딱하거나 날카로운 물체를 치웁니다.
- ▶ 발작 시 머리를 보호하는 것이 가장 중요합니다.
- ▶ 간질 발작을 일으킬 경우 학생을 바닥에 눕혀주세요.
- ▶ 머리 보호를 위해 머리 밑에 옷을 깔아 주는 것이 좋습니다.
- ▶ 기도 유지를 위해 셔츠의 목 부분을 느슨히 해주세요.
- ▶ 몸을 옆으로 눕혀 구토물이 기도를 막지 않도록 합니다.
- ▶ 발작을 시작한 시간을 확인합니다.
- ▶ 발작을 하는 동안에는 관찰하는 것이 가장 중요합니다.
- ▶ 발작 양상을 관찰해 주세요.
- ▶ 발작을 하지 못하도록 사지를 잡거나 주무르기는 하지 않아야 합니다!!
(품에 꼭 껴안거나 억지로 이동시키는 행위, 손발을 바늘로 따는 행위, 주무르기 등은 2차적 손상을 가져올 수 있으므로 절대 금지한다.)
- ▶ 발작하는 도중에 입안에 아무것도 넣으면 안 됩니다. (기도 질식의 위험)
- ▶ 발작이 끝나면 잠을 자게 됩니다. 쉬게 해주세요
- ▶ 학생의 자존감을 손상시키지 않도록 배려해주세요.
- ▶ **응급상황인 경우**
 - 발작 후 입술이 파래지거나 숨을 쉬지 않으면 119 구조 요청 후 심폐소생술 실시
 - 발작 후 완전히 회복되기 전 연이어 발작을 할 경우
 - 머리 부위 손상을 입은 경우
 - 발작이 5분 이상 지속 될 경우



5. 기타 응급처치

<p>일사병</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 시원한 곳으로 옮겨 눕히고, <u>겉옷은 벗도록</u> 한다. ▶ <u>다리를 심장보다 높게 (20~30cm)</u> 하며 편안한 자세를 취하게 한다. ▶ 부채질을 해주거나 이온 음료 또는 물을 준다. ▶ 의식이 없으면 입으로 아무것도 주지 않는다. ▶ 상태가 회복되지 않으면 병원으로 이송한다.
<p>비출혈 (코피)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 바르게 앉히고, <u>고개를 앞으로 숙입니다.</u> ▶ <u>입으로 숨을 쉬게 한 후</u>, 두 손가락으로 <u>코 뼈 바로 밑 부분을 5~10분 간 꼭 눌러</u> 지혈합니다. ▶ 입으로 나온 피는 뱉어 내게 합니다. (구토나 폐 흡인 유발) ▶ 찬 물수건이나 얼음주머니를 코에 대주면 혈관 수축 시켜 지혈에 도움이 됩니다. ▶ 타박상으로 인한 경우 30분이상 지혈되지 않으면 병원 진료를 받는다.
<p>염좌</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ RICE요법-휴식, 냉찜질, 압박(탄력붕대로 환부고정 혹은 부목), 거상 ▶ 통증이 심하거나 많이 부었을 경우 응급처치 후 병원을 가도록 한다. <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;"> <p>1 안정 (Rest)</p>  <p>다친 부위를 편한 자세로 쉬게 한다.</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>2 냉찜질 (Ice)</p>  <p>얼음이나 찬 것으로 싸 냉찜질 해 준다.</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>3 압박 (Compression)</p>  <p>다친 부위를 붕대 등으로 압박하여 싸 준다.</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>4 거상 (Elevation)</p>  <p>다친 부위에 쿠션이나 베개를 받쳐 올려 준다.</p> </div> </div>
<p>골절</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 부러졌다고 생각하는 부위와 굵은 곳을 바로 펴려고 하지 않는다. ▶ 머리, 목 또는 척추에 손상 시에는 전문 의료진이 도착할 때까지 절대로 움직이지 않는다. ▶ 사지마비나 하반신마비 등의 후유증 초래한다. ▶ 골절된 신체부위를 움직이지 않도록 부목을 대어 고정시킨 후 병원 이송한다.
<p>치아 손상</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 부러지거나 빠진 <u>치아를 찬우유나 식염수에 담아 즉시 치과</u>로 간다. (30분 이내) ▶ 빠진 치아를 깨끗하게 하기 위해 문질러 씻으면 뿌리부분의 신경이 손상되어 복구가 어려우므로 주의한다. ▶ 피가 나는 잇몸은 깨끗한 거즈나 천으로 눌러 지혈한다. ▶ 빠진 치아를 끼워가거나 입에 넣어가는 것은 기도를 막을 수 있으므로 위험하다.
<p>벌에 쏘였을 때</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <u>카드 등 뾰족한 물건으로 벌침을 제거</u>한다. ▶ 얼음찜질 ▶ 호흡곤란의 유무 등 알레르기 증상을 보이는 경우나 여러 곳을 쏘인 경우에는 신속히 119 에 도움 요청하여 병원으로 이송한다. ▶ 야외에서는 음료수의 뚜껑을 열어둔 상태로 보관하지 않도록 한다.
<p>뱀에 물렸을 때</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 119에 신고한다. ▶ 환자를 똑바로 눕혀 움직임을 최소화하고, 시계, 벨트 등 조이는 부분을 풀어준다. ▶ <u>물린 부위를 심장보다 낮게 위치</u>시킨다. ▶ 뱀의 형태 혹은 종류를 잘 기억해둔다. ▶ 2~3cm 넓이의 천으로 물린 부위에서 심장 쪽으로 가까운 5~10cm의 위치에 손가락 하나가 들어갈 정도로 묶어준다. ▶ 압박대 매기, 칼로 찢기, 입으로 빨아내기, 얼음찜질 등은 하지 않도록 한다.

타박상	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 멍든 경우 <ul style="list-style-type: none"> -부위를 찬물이나 얼음 등으로 냉찜질한다. -팔, 다리인 경우 심장보다 높게해준다. -24시간 후에는 온찜질로 회복 촉진. ▶ 가슴과 배를 부딪쳤을 경우 병원 진료를 받는다. ▶ 머리를 다쳐서 구토, 두통, 복시 증상이 있는 경우 즉시 병원 후송(뇌출혈 의심)한다.
눈 손상	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 깨끗한 물로 씻어 주기만 해도 낫습니다. <i>※ 다친 눈을 아래에 두고 최소한 20분 이상 흐르는 물이나 생리식염수로 씻어낸다.</i> ▶ 눈에 박히거나 달라붙은 물체는 억지로 제거하지 않는다. ▶ 함부로 눈에 약을 넣거나 비비지 않고 두 눈을 모두 가린 채 의료진 방문. ▶ 출혈, 통증, 시력이상이 나타나면 병원 진료.
화상	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 뜨거운 물체나 불로부터 격리시킨다. ▶ 옷에 불이 붙은 경우, 물로 불을 끄고 온도를 낮춘다. 옷이 피부에 붙어있지 않으면 옷을 잘라내고 장신구 제거 후 통증이 감소할 때까지 화상부위에 수돗물 등의 찬물을 흘려준다.(약 10분이상) <i>※ 옷 등無理하게 제거하려 하지 말고 옷 위에 물을 흘려 화기를 제거한다.</i> ▶ 피부에 직접 얼음찜질하지 않는다.(피부손상) ▶ 물집이 생긴 2도 화상의 경우 물집을 터트리지 않도록 주의하고, 생식기, 손, 발, 얼굴 등의 화상은 반드시 전문의 진료를 받는다. ▶ 면적이 넓고 깊은 화상은 충분히 차갑게 해준 후 깨끗하고 부드러운 천으로 화상부위를 가볍게 감싼 후 구급대원을 기다린다. 화상 입지 않은 부위는 담요로 덮어 체온을 유지한다.
머리를 다쳤을 경우	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 머리나 목, 척추를 심하게 다쳤을 때, 다친 수 의식소실이 30초 이상인 경우 옮기거나 움직이지 말고 119에 즉시 도움 요청한다. ※ 머리를 다친 후 48시간 이내 다음의 증상이 있을 경우 의사 진료 필요※ ▶ 의식변화(의식 소실, 계속 졸려함, 이치에 맞지 않은 말과 행동 등) ▶ 하루나 이틀 이상 계속되는 두통 ▶ 두 시간 이상 메스꺼움과 한번 구토한 후 몇 시간 만에 다시 구토할 경우 ▶ 신체 일부를 움직일 수 없거나, 움직이는데 불편이 있는 경우 ▶ 경련이나 발작을 하는 경우 ▶ 사물이 이중으로 보이거나 두 눈동자가 동시에 움직이지 못하는 경우 ▶ 귀나 코에서 맑은 액체(뇌척수액)나 피가 나오는 경우(무리하게 거즈나 탈지면으로 막는 것은 뇌압을 증가 시키거나 감염의 위험이 높아지므로 금물. 머리를 함부로 움직이지 말고, 음료나 약물 등을 주지 않는다.)
의식소실	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 정신을 잃으면 반듯하게 눕히고 자극(꼬집거나 큰소리로 부름)을 줘본다. 이에 반응을 보이면 옆으로 편하게 눕힌다. 물이나 음료 등 음식물을 먹이지 않고 관찰. ▶ 반응이 없으면 호흡이 있는지 확인하고 심폐소생술을 실시한다.
피부 상처	<p><찢어진상처-열상></p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 물로 깨끗이 씻어내고 출혈이 멈출 때까지 깨끗한 천으로 감싸 상처부위를 누르고 심장보다 높게 해준다. ▶ 상처가 깊거나 넓고, 벌어진 경우 의사의 진료가 필요할 수 있으므로 소독약이나 연고를 바르지 않는다. ▶ 출혈이 많은 경우 덮었던 천이 모두 피로 젖으면 천을 떼어내지 않고 새로운 깨끗한 천을 덧대어 누른다.

<찔린 상처-자상>

- ▶ 칼이나 못, 유리, 금속편, 막대 등으로 몸을 찔렸을 때는 절대로 빼면 안된다.
- ▶ 겉보기에는 상처가 작아도 내부손상이 클 수 있기 때문.
- ▶ 박힌 물체를 움직이지 않도록 타월 등으로 고정시키고 만약 물체가 빠졌을 경우 깨끗한 천으로 상처를 압박 지혈한다.

6. 주요 증상 분류

분류	주요증상
심폐소생술이 필요한 경우	심정지(무반응, 무호흡) 또는 심정지 호흡
위급하거나 중한 외상이 있는 경우	1. 의식의 변화가 있거나, 의식소실이 있을 경우: 불러도 눈을 뜨지 못하고 의식이 없거나, 묻는 말에 횡설수설 하는 등 의식변화가 있거나, 두부에 손상이 있거나 구토 등을 보이는 경우. 경련을 일으키는 경우 2. 호흡곤란을 느끼거나 쇼크의 증상 있는 경우: 숨을 가쁘게 몰아쉬거나, 입술이 파랗게 변하거나 얼굴이 창백해 있거나, 현기증을 일으키며 비틀거리거나 쓰러지는 경우 3. 외과적 부상으로 출혈이 심하고, 외상부위가 오염되어 감염이 의심되는 경우 4. 갑작스럽게 가슴 통증을 호소하는 경우 5. 화학물질에 의한 눈의 손상 또는 안구 부상인 경우 6. 척추 등의 부상으로 신체 부위에 운동이상이나 감각이상을 보이는 경우 7. 중등도 이상의 화상을 입었을 경우 8. 자신 또는 다른 사람에게 상해를 가할 수 있는 정신이상인 경우
위급하지 않으나 병원으로 이송해야 하는 경우	단순외상/단순골절/고열 등으로 의료기관에서의 조치를 필요로 하는 경우