

てあし は へんけい 手足の腫れ・変形

てあし のけがで腫れている、痛みで動かさない

かんさつ 観察のポイント

- ・ けがをした部位に腫れや変形がないか
- ・ 痛みがどんどん強くなっていないか
- ・ 血が出ていないか

ただちに、きゅうきゅうしゃ ようせい 救急車を要請

- ✓ どんどん血が出てきて止まらない
- ✓ ひどく腫れたり、変形して動けない

じゅしん じかんい すぐに受診（3時間以内）

- ✓ けがをしたところに大きな傷がある、血が出ている
- ✓ 動かしたり、触ったりすると痛がる
- ✓ けがをした手や足がしびれる
- ✓ けがをした手や足を動かさない

きょうじゅう じゅしん じかんいない
今日中に受診（6時間以内）

- ✓ 血は止まったが、けがをした
- ✓ 傷を痛がる

よくじつ じゅしん じかんいない
翌日に受診（12～24時間以内）

- ✓ いつもどおりだが、心配・不安
- ✓ 痛みや腫れがひかない



せんもんい
専門医からのワンポイント・アドバイス

か
家庭でのケアのポイント

- ・ 血が出ている場合は、きれいなタオルなどで押さえましょう
- ・ 腫れや痛みは冷やして、軽く押さえ、心臓より高い位置にする
と時間とともに改善することがあります
横になって、枕などで手足を高くして様子をみてみましょう

い
医師に伝えてほしいこと

- ・ どんな状況、どのようなものでけがをしたか
- ・ いつもと異なる様子があるか