

2주차

현장조사

1. 현장은 안전한가
2. 무슨 일이 일어났는가
3. 얼마나 많은 사람이 다쳤는가
4. 주위의 도움을 받을 수 있는 사람이 있는가

연락

1. 119나 응급의료기관에 즉시 도움을 청하라
2. 전화상담원에게 필수적인 정보를 주어라
 - i. 전화하는 사람의 이름, 연락처
 - ii. 응급상황이 발생한 장소
 - iii. 사고의 종류(유형)
 - iv. 환자의 수
 - v. 환자의 상태
 - vi. 응급처치 진행상황
3. 가능하면 주위사람에게 신고를 부탁하라

처치와 도움

1. **C**ompressions 환자의 가슴 중앙을 강하고 빠르게 누른다.
2. **A**irway 환자의 고개를 뒤로 젖히고 턱을 들어 기도를 개방한다.
3. **B**reathing 구강대구강법으로 인공호흡을 실시한다.

동의

1. 명시적 동의
2. 묵시적 동의
3. 거부 – 의료적 상태설명, 마음돌리기, 의료진 기다리기
4. 처치를 중단하는 경우 – 의식돌아옴, 의료진도착
5. 직무태만 – 의무가 있는사람이 응급처치 안할경우
6. 선한 사마리아인법

물놀이 안전교육

1. 물놀이 시간은 12~14시를 피해서
2. 40분 수영 10분 휴식
3. 튜브 공기압 확인
4. 수심이 얕다고 방심은 금물
5. 물살이 세지않은 곳에서 수영
6. 피부보호를 위해 자외선 차단 크림 준비

3주차

호흡

공기가 폐 속으로 흡입되고 배출되는 작용
성인 : 12회~20회 / 분
혈액과의 가스 교환 ($O_2 \rightarrow CO_2$)

호흡이상

여러가지 이유로 호흡을 하지못할때

순환계

심장
근육기관
양쪽 폐 사이의 흉골 뒤쪽 약간 왼쪽에 위치
펌프작용
성인평균 1분에 60~100회 박동
무게 400g~500g

급성관상동맥증후군

심장근육에 혈액이 공급되지 않아 발생하는 질환
관상동맥의 전면적 또는 부분적 폐쇄
첫 증상이 나타난 후 2시간 이내에 사망

협심증 예방

금연

지방과 소금의 섭취량을 줄인다

체중을 줄인다 (생활습관의 변화)

심리적 안정

운동의 최소화

협심증 약 복용 후 119로 병원 이송

인공호흡 보조기구 사용

페이스 쉴드 (Face shield)

포켓 마스크 (Pocket mask)

4주차

이물질에 의한 기도폐쇄

기도폐쇄

1. 이물질이 기도를 박아 호흡이 정지되는 현상
2. 급격한 혈중 산소 포화도 감소
3. 의식을 잃고 급격히 사망에 이르게 됨
4. 치아없는 노인, 의식저하 환자, 소아
5. 가슴이 안닿으면 명치를 밀어도 됨
6. 영아의경우 등두드리기, 가슴압박

타박상/멍든상처

1. 조직 깊숙이 손상
2. 피하출혈
3. 변색&부종
4. 붉은색 — 자주색 — 흑색
5. Icing

찰과상/긁힌상처

1. 가장 일반적인 상처
2. 표피층 손상
3. 신경 끝 노출로 고통스럽다
4. 쉽게 감염된다
5. 출혈은 상대적으로 적다

절상/베인상처

1. 날카로운 물건에 의하여 생김
2. 상처 가장자리 매끄럽다
3. 신경조직과 혈관 손상
4. 상처 깊이, 위치, 크기에 따라 출혈량 다름

자상/찢린상처

1. 뾰족한 물건에 찢려서 생김
2. 혈관, 내부 기관 손상 가능
3. 출혈은 상대적으로 적다
4. 소독이 용이하지 않다
5. 감염의 위험이 크다

결출상/벗겨진상처

1. 살이 찢어져 헐거워진 상태
2. 부분적 전체적으로 찢어짐
3. 출혈은 심하다
4. 불은 피부는 제자리에 퍼 놓는다

감염

1. 상처를 통한 감염은 예방하는 것이 중요
2. 모든 상처는 청결히
3. 손은 비누와 물로 세척
4. 상처부위에 직접 접촉 주의
5. 가능하면 일회용 장갑을 착용
6. 상처부위 세척하고 드레싱을 대어 줌
7. 사용물품은 분리하여 폐기

절단 손상

1. 잘려 나온 부분을 거즈로 감싼다
2. 거즈로 감싼 것을 비닐봉지에 넣는다
3. 비닐봉지를 얼음에 담기 용지(에) 넣는다

코피

1. 코를 막고 고개를 앞으로 숙인다.
 2. 콧등에 얼음 주머니를 숙인다
 3. 윗입술 위를 압박한다
 4. 휴지로 코를 막지 않는다
-
1. 눈에 이물질이 들어갔을 때
 2. 식염수, 물 등으로 세척
 3. 젖은 거즈의 끝으로 이물질 제거
 4. 면봉으로 눈커풀의 바깥쪽으로 말아 올린다

5주차

드레싱 시 주의점

1. 숨물치 또는 약솜
2. 젖은 드레싱
3. 불은 드레싱

붕대의 용도

1. 드레싱 고정
2. 압박하여 지혈
3. 붓기 예방
4. 부목 고정
5. 더러움과 감염으로부터 상처 보호
6. 젖은 붕대는 사용금지

골격계

1. 200여 개의 뼈로 구성
2. 체형과 균형을 유지
3. 장기와 연부조직 보호 (체강부 구성)
4. 근육이 부착되어 신체운동 가능
5. 머리부위, 동체부, 상지, 하지

관절과 인대

1. 관절은 2개 이상 뼈를 연결
2. 인대는 관절 둘레를 감싸는 흰 띠
3. 관절 염좌는 대개 인대손상

근육, 건

1. 골격이나 피부에 부착
2. 뇌로부터 신경자극을 받을 때 수축
3. 근육은 마음대로 움직일 수 있음
4. 심장근육은 마음대로 쓸 수 없음
5. 직접 또는 인대나 건에 간접적으로 골격에 부착

상해의 원인

가력, 눌림, 비틀림, 늘어남

6주차

탈구

1. 관절 이탈
2. 액랑의 부분적, 전면적 파손
3. 관절 주위의 혈관, 건, 근육 및 신경손상
4. 타박, 추력, 넘어짐, 심한 근육 운동
5. 주 부상범위: 어깨 또는 손가락
6. 하악골, 주관절, 고관절, 슬개골 탈구

탈구의 응급처치법

1. 부상부위를 편하게 한다.
2. 냉 찜질을 하여 통증과 부종을 감소
3. 충격에 대한 응급처치
4. 무릎뼈(슬관절) 탈구의 경우 무릎 밑에고음을 댐.
5. 절대로 탈구를 바로 잡으려고 하여서는 안됨.

염좌

1. 직, 간접적인 폭력이 주 원인
2. 정상범위를 벗어난 관절운동
3. 심한 근육운동
4. 무거운 것을無理하게 들거나 추락하였을 때
5. 인대의 부분적 혹은 전면적 손상

응급처치

1. 부상부위 거양
2. 냉 찜질 우선
3. 운동 금지

좌상(근염좌)

1. 근육, 건이 비정상적으로 늘어나거나 찢어진것
2. 심하게 사용하거나 갑작스럽게 움직일 경우
3. 목, 등, 대퇴부 앞 뒤, 종아리 근육에 발생
4. 심한 통증을 동반, 운동 불가
5. 목과 등 대퇴부 만성적 염좌 반복되기도 함

부목

1. 환자의 신체를 움직이지 않게 하기 위하여 사용
2. 골절된 뼈의 관절 너머까지 걸칠 만큼 긴 것
3. 골절된 부위만큼 넓은 것
4. 가볍고 단단한 것
5. 신문지 뭉치, 잡지, 담요, 배게, 신체를 대용으로 사용
6. 피부가 상하지 않도록 부목의 안쪽에 헝겊을 고임

중독

외부물질이 체내에 들어와 인체가 기능장애나 비정상적인 증상이 발생하는것

과민반응

특정물질에 의해 신체 면역반응이 과도하게 나타나는 현상

만성중독

마약, 각성제, 알코올 등 의존성 습관을 갖게 하는 것
유독물질이 오랜 기간 소량 점진적 유입으로 서서히 나타남
급성중독

이물질에 의해 갑작스럽게 신체 기능장애를 일으키는 것

섭취에 의한 중독

1. 버섯, 어패류, 약초, 산나물
2. 광택제, 청정제, 농약, 가정상비약
3. 가정에서 5세 이하의 어린이들에게서 자주 발생
4. 1시간 이내에 위에서 제거하는 것이 중요
5. 다량의 물을 마시게 하여 구토 시도
6. 중화 금지
7. 환자를 왼쪽으로 눕혀둔다
8. 약병과 구토물 등 증거를 수집

구토가 권장되지 않는 경우

1. 부식제(강산 또는 강알칼리)
2. 휘발유 등의 석유화합물질
3. 의식이 없을 때

섭취중독의 예방법

1. 아이의 손에 닿지 않는 곳에 보관 및 잠금장치
2. 다른 용기에 옮겨 담지 말 것
3. 위험물이라 표기
4. 산에서 나물이나 버섯을 채취하여 먹지 않는다
5. 아이들에게 약을 사탕이라고 하지 않는다
6. 사용 후 남은 약품은 반드시 폐기한다

식중독의 예방법

세균을 묻히지 않는다.

세균을 증식시키지 않는다

세균을 없앤다

식중독 응급처치법

탈수에 주의

보리차나 정수한 물 먹이기

흡입 응급처치

현장조사 -> 현장환기

환자를 신선한 공기 있는 장소로 이동

의복을 느슨하게 하고 의식 없으면 119및 씨피알 실시

환자를 신속히 병원 이송

주입(물림, 찔림, 쏘임)에 의한 중독

1. 동물이나 벌레

2. 벌이나 독충

3. 피하주사로 유입되는 약물