

# 10か条に注意し、頭頸部外傷を防止しましょう!

## 〔体育活動における基本的注意事項〕

- 1 児童生徒の発達段階や技能・体力の程度に応じて、指導計画や活動計画を定める。
- 2 体調が悪いときには、無理をしない、させない。
- 3 児童生徒の既往歴を把握し、健康観察を十分に行う。
- 4 施設・設備・用具等について継続的・計画的に安全点検を行い、正しく使用する。

## 〔頭頸部外傷を受けた（疑いのある）

### 児童生徒に対する注意事項〕

- 5 意識障害は脳損傷の程度を示す重要な症状であり、意識状態を見極めて、対応することが重要である。
- 6 頭部を打っていないからといって安心はできない。意識が回復したからといって安心はできない。
- 7 頸髄・頸椎損傷が疑われた場合は動かさないで速やかに救急車を要請する。
- 8 練習、試合への復帰は慎重に。

## 〔その他、日頃からの心がけ〕

- 9 重症時に救急隊に搬送をお願いする、また軽症の場合も受診する医療機関（脳神経外科医が常駐する）を日頃から決めておく。
- 10 安全教育や組織活動を充実し教職員や児童生徒が事故の発生要因や発生メカニズム等を正確に把握し、適切に対応できるようにする。

参考：スポーツ事故防止ハンドブック [令和2年度改訂版（令和3年3月発行予定）]



## 事故対応のポイント 1

まったく応答がないときも、話し方や動作、表情が普段と違うときも意識の障害です。また、以下のような症状があれば、脳神経外科専門医の診察を受ける必要があります。



- 頭痛
- めまい
- 吐き気
- 意識障害が続く
- 嘔吐
- 意識を一時失う 等



## 事故対応のポイント 2

右のような症状がある場合は、頸椎や頸部損傷を起こしている可能性があります。速やかに救急要請をかけ、頸部の安静を保ちましょう。

- 頸部の痛み
- 手足の動きが悪い
- 感覚がない  
又はしびれる
- 呼吸がしづらい 等

### 頸部保護の例

傷病者の頭側に位置する。



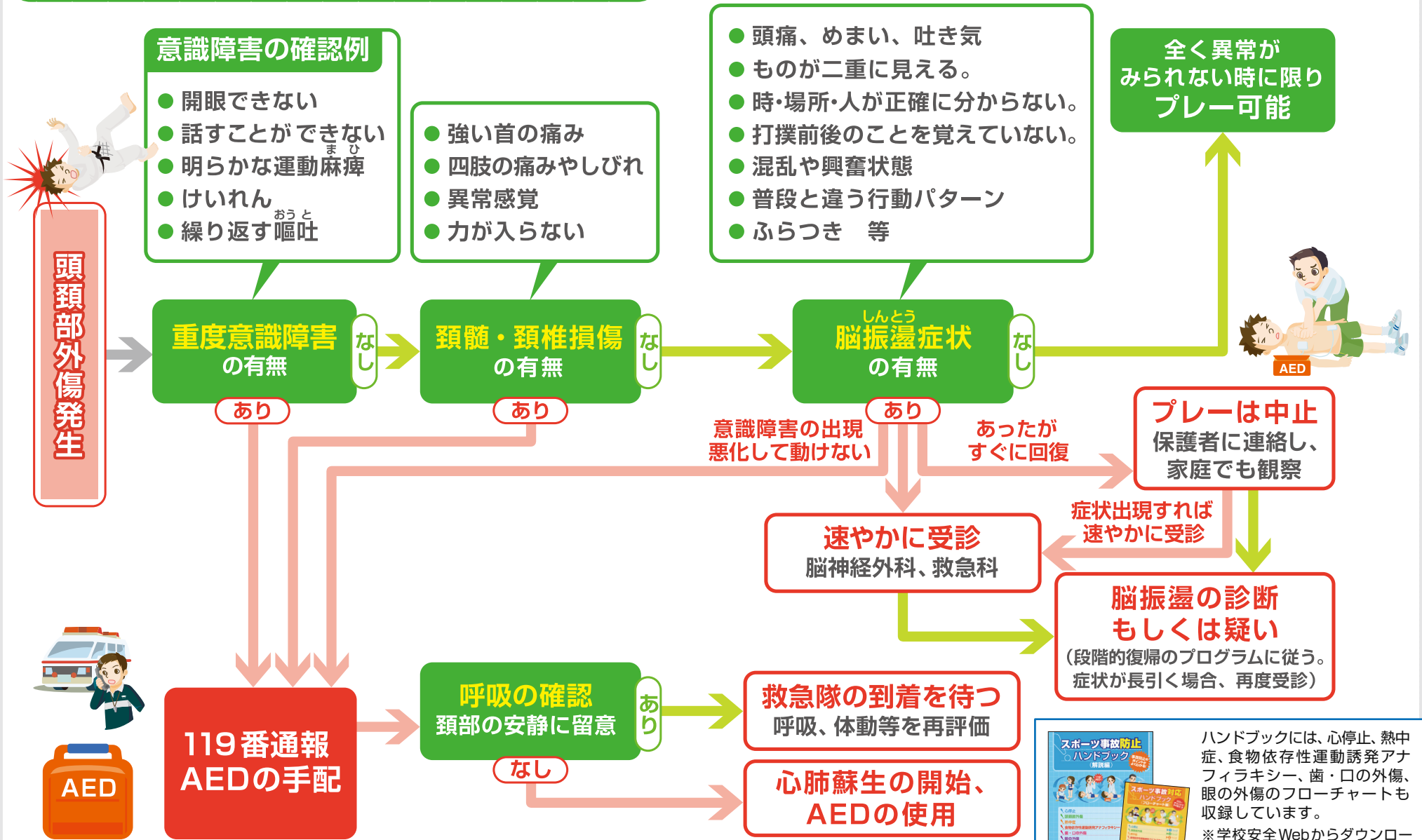
耳をふさがない。

両手で傷病者の頭を固定する。

# 頭頸部外傷への対応

令和2年12月号

中学校・高等学校等教職員向け



参考：スポーツ事故対応ハンドブック [令和2年度改訂版 (令和3年3月発行予定)]