

緊急判断シート 紧急联络单

このシートを使われている方がいましたら、適切なサポートを!!
请用于有伤病员发生时的求援判断。

①下線当てはまる場合は、緊急通報 119 または 110 で救助要請!

① 符合下線赤字の选项时、请立即拨打 119 或 110 请求救援 !!

発 告 場 所 事故发生现场			
意識の有無 是否有意识 (はんのう 反应)	<u>なし</u> ・ <u>おかしい</u> ・有	是否有 大量の出血 大面积出血	<u>あり</u> ・なし
呼吸	<u>なし</u> ・ <u>おかしい</u> (痛 ^あ い ^し ^そ う ^う ・ <u>不正常</u> (很痛苦的样子・有奇怪音等))		・ 正常
頭部や背中に強い衝撃を受けている可能性 头部或背部受到强烈撞击的可能性			<u>あり</u> ・なし

患者氏名 患者姓名		患者連絡先 患者联系方式	
性別	男性 ・ 女性	年齢	

② 如果无法判断是否叫救护车；

- ◇ 救护安心中心 (#7119 号) 宮城県・埼玉県・東京都・神奈川県・大阪府・奈良県・福岡県等
- ◇ 幼儿救护电话咨询所 (#8000 号) 全国都道府県 (部分咨询所开到深夜)

③ 请求救援后、救援队到达之前・・・

- ◇ 从外环境保护好患者。寒冷季节需要对患者做好保暖，具体请参照反面。
- ◇ 收集患者的有关信息，做好与救援队的交接准备。

なぜこうなったか 怎么发生的		主 ^ま な ^な 訴 ^う え ^え 主要症状描述 (不舒服等)	
アレルギー 过敏信息		飲 ^の んでいる薬 ^{くすり} の情報 ^{じょうほう} 常服药	
既往 ^{きじやう} 病 ^{びょう} 史 ^し 既往病史 (有关病历)		事 ^じ 発 ^{はつ} 前 ^{ぜん} の飲 ^の 食 ^{じき} や 事发前的饮食以 及排泄 ^{はいせつ} 情 ^{じょう} 況 ^{きやう}	
記録 ^{きらく} 時 ^じ 刻 ^{こく} 发生时间		救 ^{きう} 助 ^{じゆ} 者 ^{しや} 氏 ^し 名 ^な 救助者姓名 電 ^{でん} 話 ^わ 番 ^{ばん} 号 ^{ごう} 电话	

※使用此联络单的人请联系 WMAJ。(我们在收集大家的反馈)



一般社団法人 **ウィルダネスメディカルアソシエイツジャパン**

31 各国以上で選ばれる世界基準「WMA ブランド」の野外・災害救急法。
講習会は全国やオンラインでも開催中！

www.wmajapan.com



低体温を効率よく防ぎましょう

有效预防失温

① 断绝导致失温的「四个途径」!

湿 (蒸发)

水分蒸发会吸收体温!

保持身体干燥。如果湿了尽快换衣服或擦干。

(万不得已时可以用塑料袋等盖住, 防止水分蒸发)

【保温演示】



风 (对流)

风吹 (空气对流) 会导致失温!

外侧用天幕等遮盖好, 防止身体直接吹风, 预防体温下降。

热放射 (辐射)

热放射 (身体散发出的热量) 会导致体温下降!

用救生毯、毛毯或睡袋裹好, 防止热量散发。如果有热源可以保暖则更好。

地冷 (传导)

身体直接接触地面或水泥地时会导致体温下降!

需要坐或躺着时, 坐在防潮垫或纸箱上。

(尽量减少接触面积)

※照片中为了更好地说明, 前面敞开着。实际操作时, 除了脸部, 其他尽可能不留开口部。

② 摄入高热量食物制热!

「补水」+「糖分→碳水化合物→蛋白质→脂肪」, 按这个顺序给患者补充热量。

开始暖和过来之后追加补充脂肪, 以保持体温。 ※饮食须注意患者是否过敏, 务必先确认好!

③ 「不停颤抖+强烈的睡意」, 请尽快拨打 119 or 110 请求救援!!

野外・災害救急法コース

www.wmajapan.com

アウトドア愛好家など「だれでも受講可能なコース」から、医療従事者対象まで日本全国で幅広く開催中



基础课程
20 小时

进阶课程
40 小时

专业课程
80 小时

救急救命士
5 天

医師・医療从业人员
5 天

定制课程
半天起~

谁都可以报名参加培训