

手指の多発外傷 と 応急処置

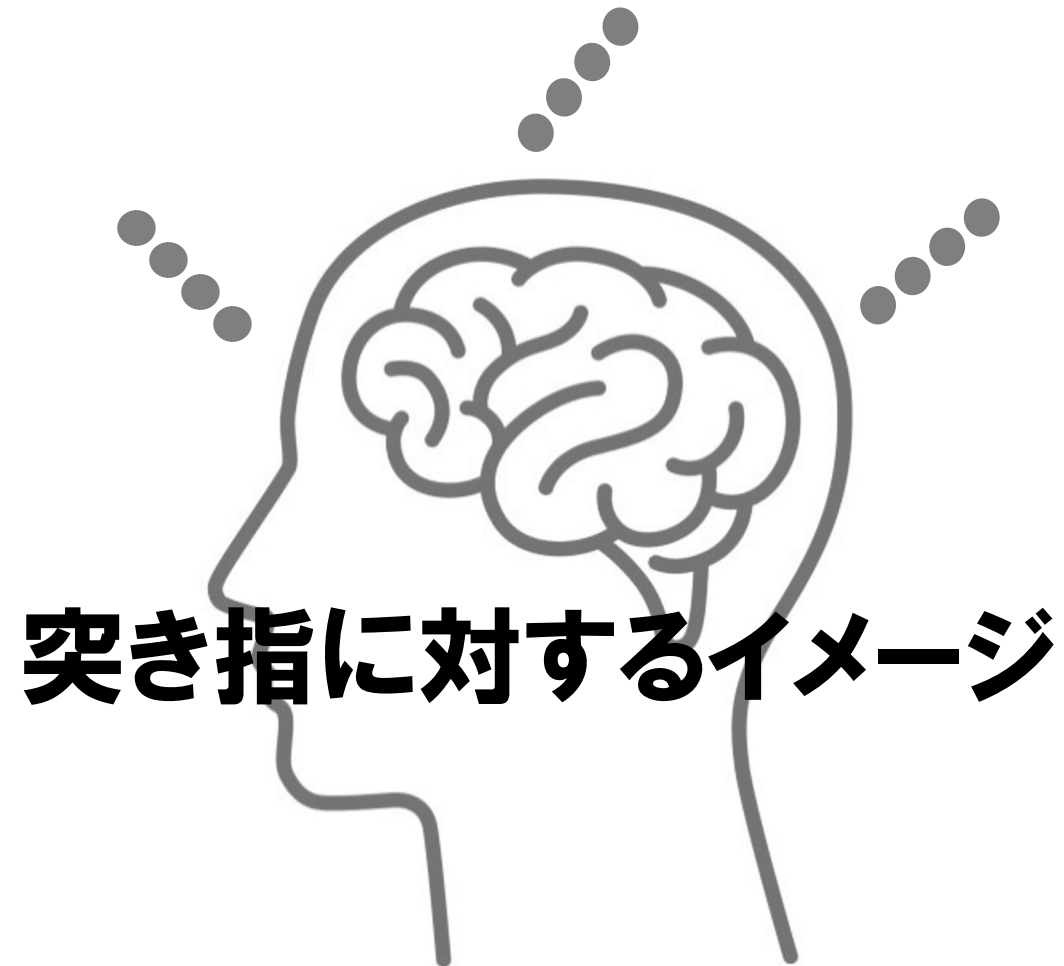
▶ たかが突指されど突指

▷ 応急処置の今！

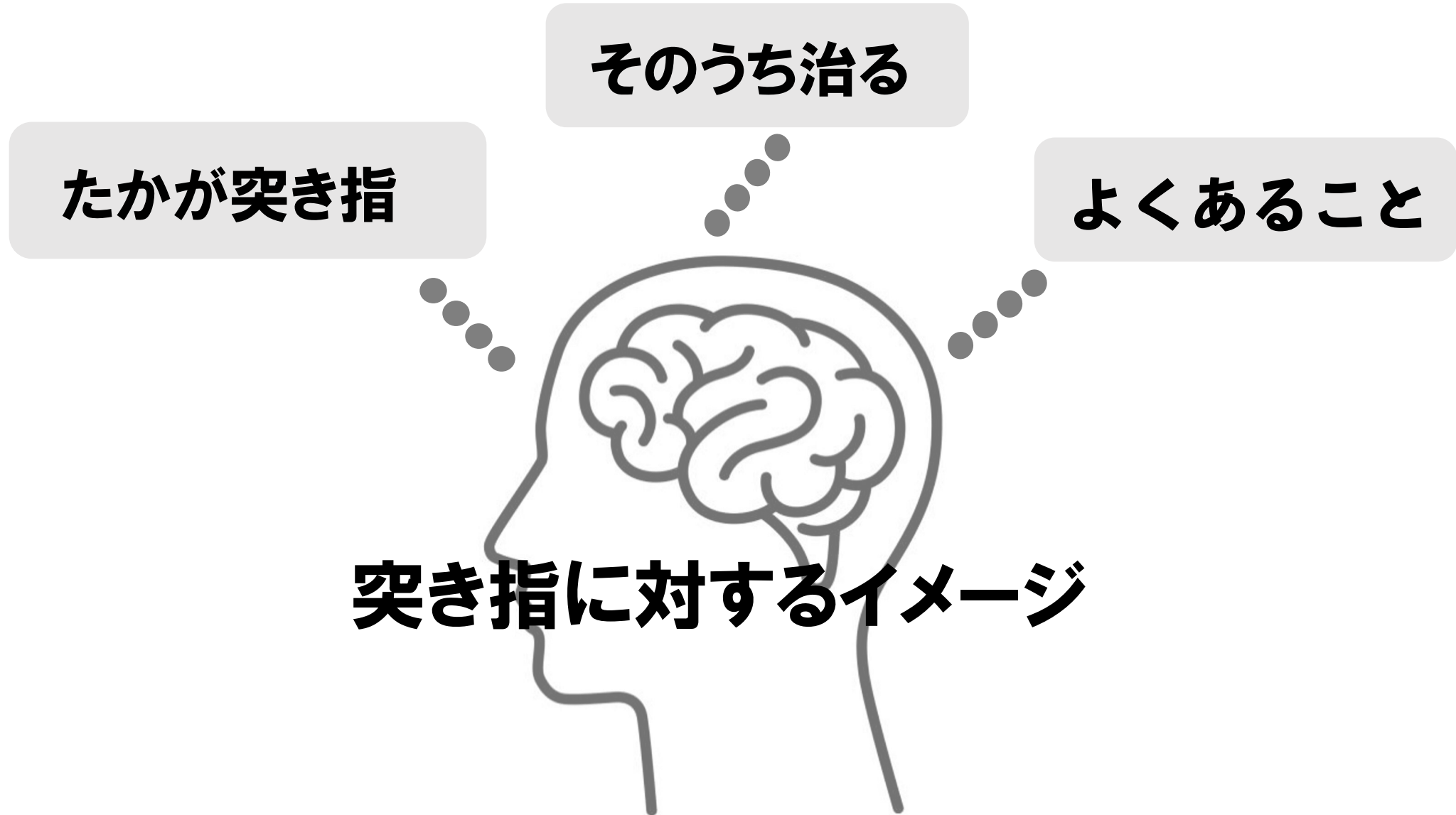
▶ 現場で行う応急処置

▷ より良い予後への手引き

▶ たかが突き指されど突き指



▶ たかが突き指されど突き指



骨折

脱臼

突き指

腱損傷

靭帯損傷

だから知ってほしい！

突き指の正しい応急処置



▷ 応急処置の今！

一昔前

- 突き指したら引っ張る
- 痛い部分を揉む



現在の
応急処置

- RICE処置
- テーピング
- 自己整復はしない

▷ 応急処置の今！

▶▶ Question: 正しい応急処置方法？



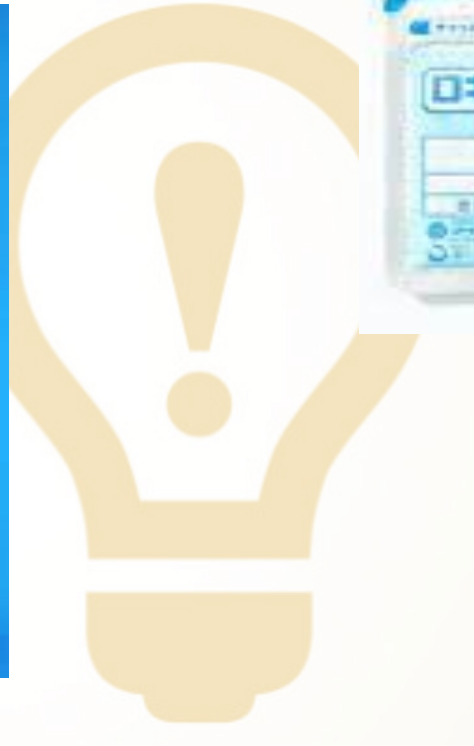
《コールドスプレー》



《湿布》

▷ 応急処置の今！

▶▶ Answer: 使用方法に注意



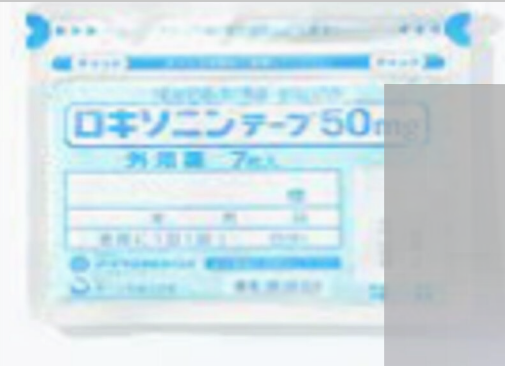
《ヨールドスプレー》

《湿布》



使用方法の注意

- 血管、筋肉の冷却は困難
- 凍傷に注意
- 持続的な効果なし



▶現場で行う応急処置

STEP1

RICE処置

STEP2

適切な評価

STEP3

より良い予後のための選択

STEP 1

RICE処置



R Rest
安静

I Icing
冷却



C 压迫
Compression

E 挙上
Elevation



STEP2

適切な評価 ～チェックポイント～

👉 炎症症状

腫脹

発赤

熱感

疼痛

👉 変形

形が明らかに違う

グーの時に指が
重なる

👉 機能障害

伸びない

曲がらない

痺れがある

異常感覚がある

STEP2

適切な評価 ～チェックポイント～

炎症症状

腫脹

発赤

熱感

疼痛

変形

形が明らかに違う

グーの時に指が
重なる

機能障害

伸びない

曲がらない

痺れがある

異常感覚がある

STEP2

適切な評価 ～チェックポイント～

👉 炎症症状

腫脹

発赤

熱感

疼痛

👉 変形

形が明らかに違う

グーの時に指が
重なる

👉 機能障害

伸びない

曲がらない

痺れがある

異常感覚がある

STEP2

適切な評価 ～チェックポイント～

炎症症状

腫脹

発赤

熱感

疼痛

変形

形が明らかに違う

グーの時に指が
重なる

機能障害

伸びない

曲がらない

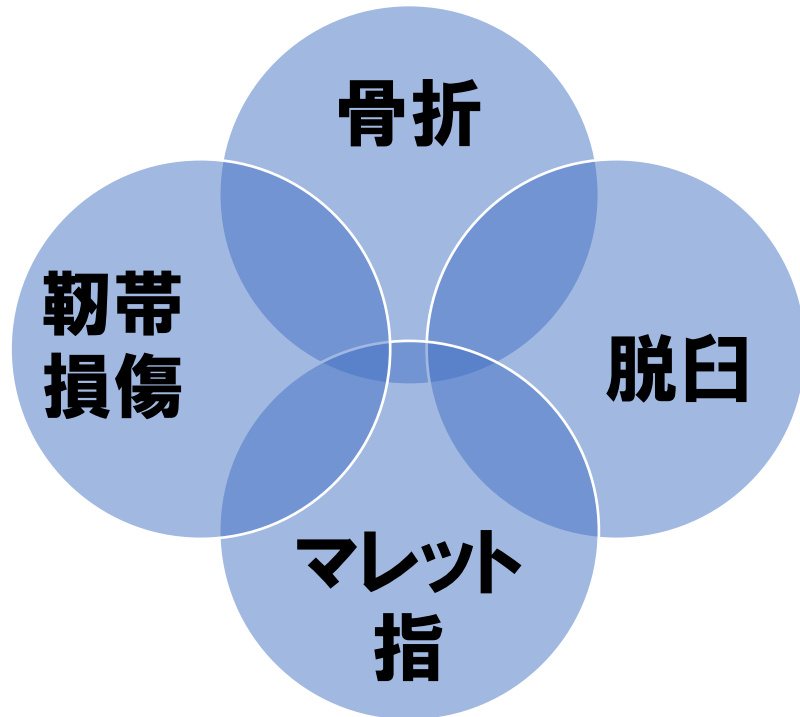
痺れがある

異常感覚がある

STEP3

より良い予後のための選択

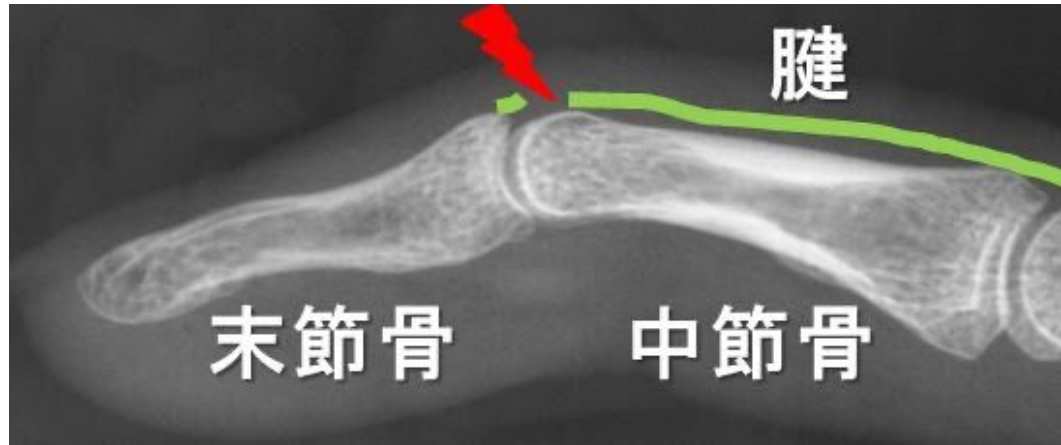
チェックポイントが当てはまる場合には以下のようなことが起こっている可能性があります



ただの突き指と思って、プレーを続けていると
取り返しのつかないことになります

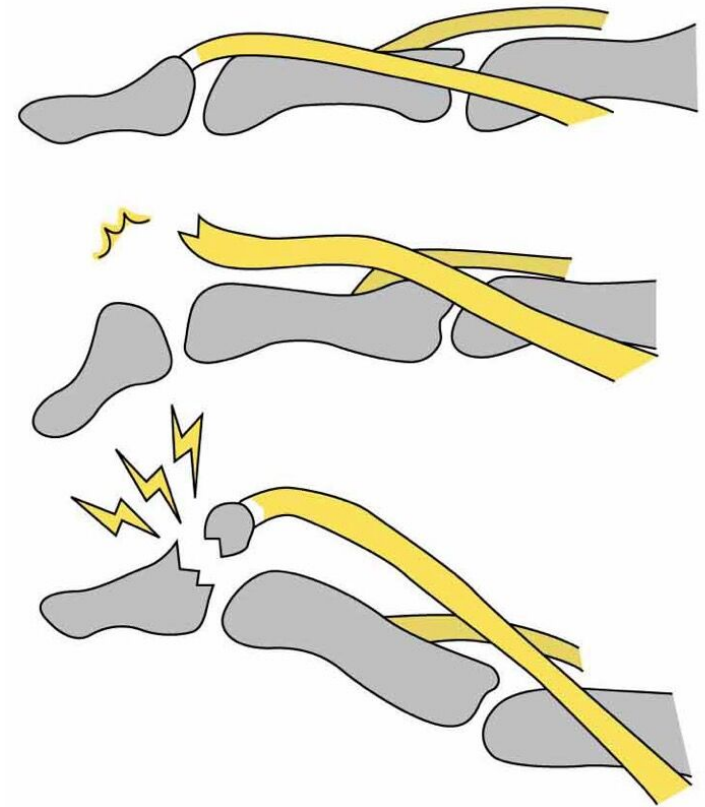
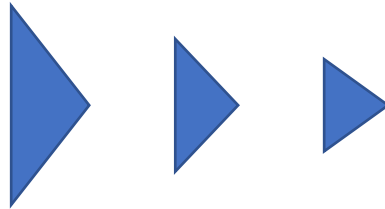
判断を間違えないようにしてください

マレット指



末節骨に付着している伸筋腱(指を伸ばす腱)が断裂することにより、末節の関節が伸ばせなくなる状態です

マレット指

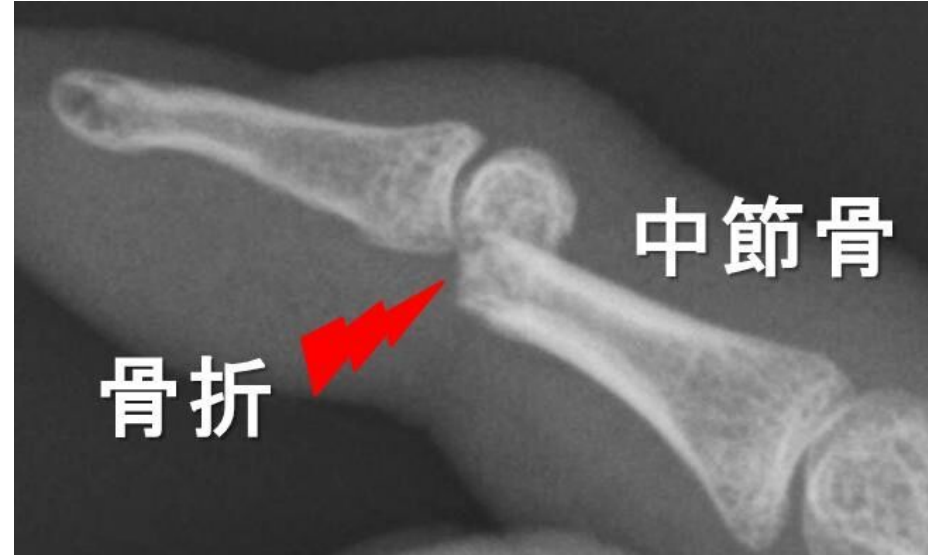


腱を断裂するもの、腱付着部の骨折を伴うものもあります

骨折の程度が強い場合には手術が適用される場合も...

受傷し変形等がある場合には早急に病院受診を!!****

骨折



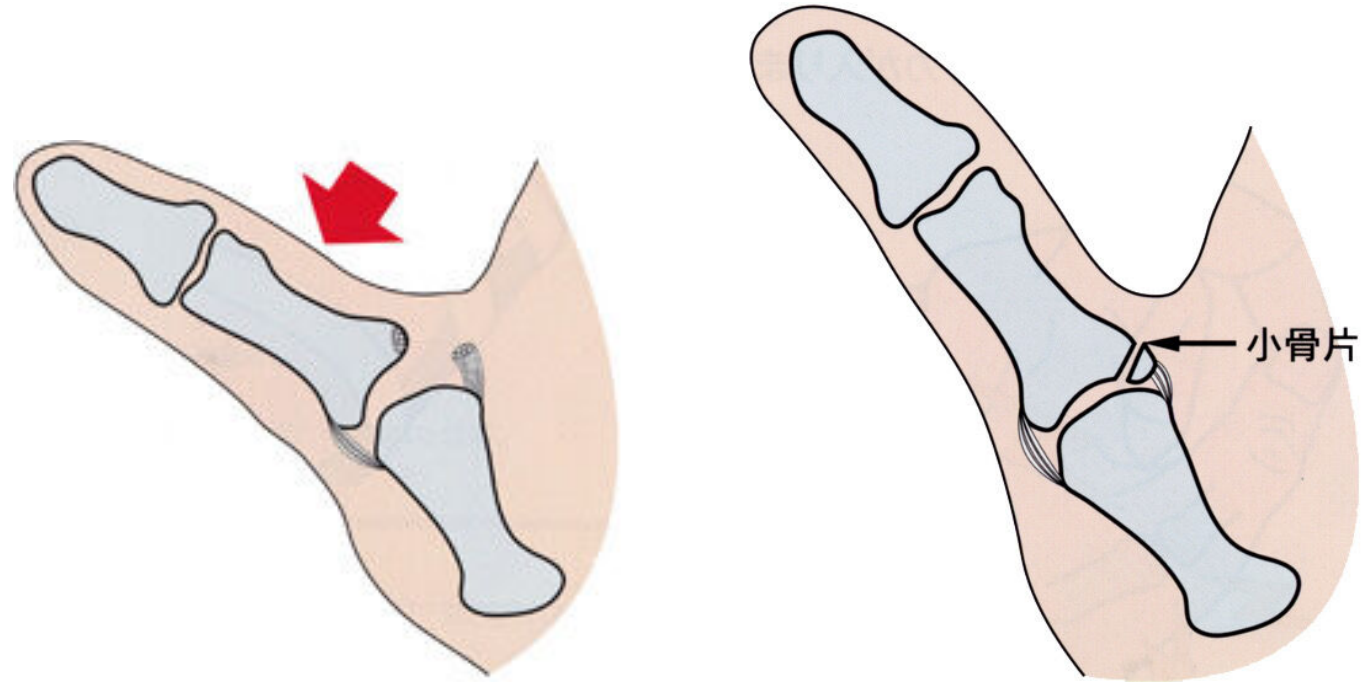
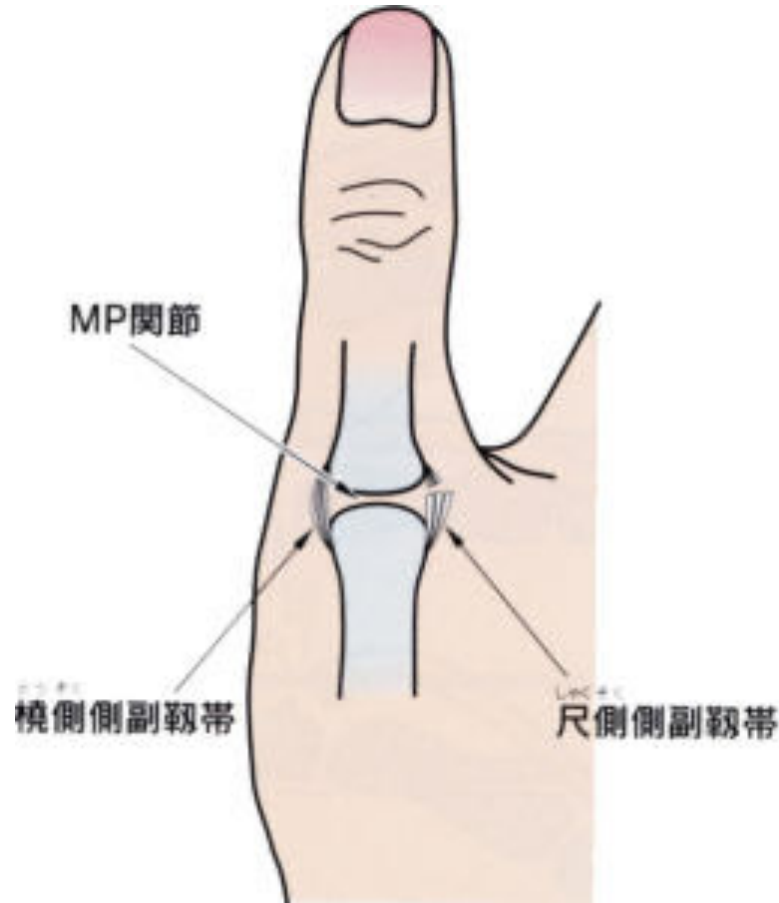
長軸方向の力が中節骨にまで伝わってから骨折を生じると、**中節骨頸部骨折**となります
多くは、手の甲がわに転位します

脱臼



**長軸方向の力が中節骨の基部にまで伝わると、
PIP関節で脱臼骨折を生じます。
関節に骨折が入るので、治療が困難です。**

靱帯損傷



関節を支えている靱帯が切れてしまうことで関節が不安定な状態となります。

衝撃が強い場合、靱帯に引っ張られ、**剥離骨折**を伴う場合もあります。

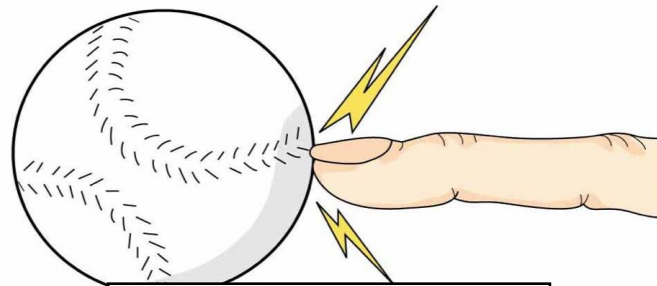
もしも、骨折や脱臼が起きていると、、、

正しいX線診断の後に、整復して骨接合**を行います**

受傷から治療までが長いほど後遺症**が残りやすい...**

▶より良い予後への手引き

01



突き指

炎症症状・機能障害
変形はあるか？

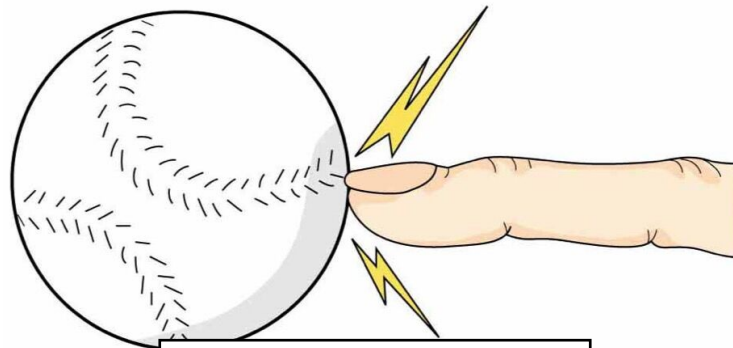
NO

YES

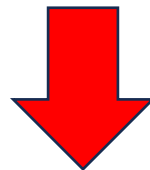
- ・経過観察
- ・テーピングにて再発予防

病院へ

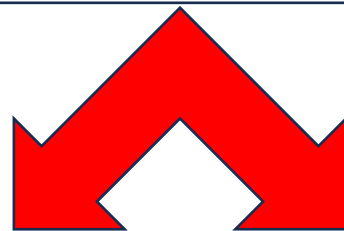
02



突き指

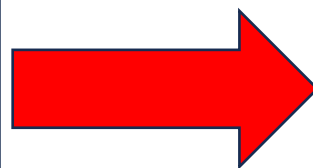


軽度炎症症状
機能障害・変形はなし



どうしても試合に出場しないとい
けない場合のみ

テーピングにて
応急処置



病院へ

たかが突き指、されど突き指

**プレー中に起こった突き指が
選手生命を左右するかも。 . .**

まとめ

**たかが突き指。されど突き指
突き指には怖い怪我が隠れている**

**現場で突き指をした際は、
まずはRICE処置！**

**適切な評価を行い、
より良い予後のために適切な選択をする**