

傷病者コミュニケーション（緊急、救助、病気、ケガ等）実践ガイド<アドバンス編> 令和4年度アドベンチャートラベル推進事業 アクティビティガイド能力向上事業

レッスン	講師
レッスン⑤	<p>それではこれから 傷病者コミュニケーション実践ガイド アドバンス編 レッスン5を始めます。</p> <p>まず最初に、日本人ガイドのゆっくり気味で、はっきりとした話し方で会話を進めてみます。</p> <p>皆さんもこのスピードでしっかり練習してください。</p> <p>また後半ではネイティブスピーカーのダイアログリーディングがありますので、発音や会話スピードを参考にしてください。</p>
緊急判断・通報シート	<p style="text-align: center;">Make sure your cellphone is on roaming. Leave a message at the hotel front desk telling where you are headed. This makes Search & Rescue a lot easier if you are lost.</p> <p style="text-align: center;">Emergency Assessment</p> <p>① RED requires initiation of EMS: Call #119 or #110 意識：Consciousness 意識無し：Unconscious なにかおかしい：Something Wrong 通常どおり：Normal 呼吸：Breathing 呼吸なし：Not Breathing なにかおかしい：Something Wrong* 問題なし：Nothing Wrong *Something Wrong means difficult to breath or strange noise when breathing 出血：Bleeding おびただしい量が出ている：Bleeding a lot (gushing) 体表面の小さな出血：Minor Bleeding 出血なし：No Bleeding 背骨の損傷：Spinal injury 背中や頭に強い衝撃を受けている：You have suffered severe trauma to the head and back. 衝撃なし：No major trauma</p> <p>② When you call, you may need the information below 傷病者情報：Patient information 氏名：Name 年齢：Age 性別：Sex 発生現場：Location of the accident 救助者氏名&救助者電話番号：Your name & Phone #</p> <p>③ When you call EMS dispatch, you should state ... ◇ Fire or ambulance? → “Ambulance” ◇ Location of the accident & the number of patients.</p> <p>④ While you are waiting for an ambulance / a rescue team... ◇ Protect the patient from the environment; See the back of this sheet for tips ◇ Gather patient’s information for the ambulance crew / rescue team</p> <p>記録時間：Time of this record 何が起きたのか：How it happened 主な訴え：Chief complaint アレルギー：Allergy 薬の摂取：Medication 関連する傷病歴：Related Medical History 直前の飲食と排泄の時間、量、質：Time/Quantity/Quality of last meal/drink/toilet</p>

	<p style="text-align: center;">Hypothermia Can Be Prevented ©Wilderness Medical Associates Japan all right reserved</p> <p>① Close all 4 passages for Heat Loss</p> <p>Evaporation When moisture evaporates, it takes your body heat away! Try to avoid getting wet. If you do, dry and change your clothes. If there are no other options, tightly wrap yourself with a water-proof tarp, etc.</p> <p>Convection Wind takes your body heat away! Make an outer shell with a tarp, so that the air does not touch your body directly.</p> <p>Conduction Direct contact to the ground, rocks or cement surface takes your heat away! When lying down, place a foam mattress or layers of cardboard underneath your body. (minimize the area of contact & maximize insulation)</p> <p>Radiation Your body dissipates heat! Wrap your body with an emergency sheet or blanket which helps prevent radiative cooling. It's better to put an external heat source (hot water bottle. etc.) inside the blanket. The front of this emergency blanket is not closed in order to show the inner layers. Minimize the open area only to the face.</p> <p>② Consume calories Hydration + Foods (simple sugars / carbohydrates / protein / fat). Once warmed enough, keep adding fat to help stay warm. Alert: Do not give any foods the patient has an allergy to.</p> <p>③ Uncontrollable Shivering with Drowsiness; Call #119 !</p>
<p>傷病者情報の確認</p>	<p>次は傷病者情報の確認です。一部重複する内容もありますが、大切な表現ですので、確実に覚えましょう。</p> <p>症状：体調はいかがですか？何か不快感などあれば教えてください。</p> <p>アレルギー：アレルギーはありますか？</p> <p>薬：服用している薬はありますか？処方薬以外にも、市販の薬、ビタミン剤、サプリメント、漢方なども含めて、いかがですか？</p> <p>関連性のある傷病歴：現在の症状に関連していそうな傷病歴はありませんか？</p> <p>直前の飲食 & 排泄：直前の排泄、大と小についてそれぞれの時間を教えてください。それぞれどのような状態でしたか？直前で飲食した時間は何時ですか？飲んだものや食べたものも教えてください。</p> <p>イベント（問題発生につながるできごと）：何が起こったのか説明してください。</p>

	<p>The next step is to confirm the patients' information. Some of the information may be duplicated, but it is important so make sure you memorize it.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Symptoms: Could you tell me how you feel or describe any discomfort you might have? • Allergy: Are you allergic to anything? • Medications: Are you taking any medications, including OTC, vitamins, supplements, and herbal medicine? • Pertinent History: Could you tell me your medical history that you think is related to the current symptoms if you have any? • Last ins & outs: Could you tell me when the last time was you passed a stool? What was the consistency of the stool like? Also, when was the last time you urinated? How was the color and the volume? When did you last eat or drink something? What did you eat / drink? • Events leading up to the problem: Could you tell me what happened?
OPQRST 法	<p>次は痛みの症状を詳細に聞き出す「OPQRST 法」についてです。 <u>教えてください...</u></p> <p>発症： いつ、どのように症状が始まりましたか？ 変化： どのようにすると症状が悪化、もしくは良くなりますか？ 質： 痛みの種類は？例えば、刺すような痛み？鈍い痛み？ 場所／移動： 痛みの場所を特定できますか？痛みは移動していませんか？ 酷さ： どれくらい酷い痛みですか？ 継続時間： これらの症状が出てからどれくらい経過しましたか？</p> <p>Next, we will talk about the OPQRST method, which asks for detailed information about pain symptoms. <u>Could you tell me...</u></p> <p>Onset: When and how did the symptoms begin? Provokes: Does anything make the symptoms worse or feel better? Quality: What type of pain do you feel, for example sharp or dull? Region / Radiation: Where is the pain located? Does the pain move anywhere else? Severity: How bad is the pain? Time: How long have you been having this symptom?</p>
<p>実際の現場では、先ほどの日本人ガイドの会話スピードで十分に伝わりますのでご安心ください。 続いて、普通のネイティブの発音、アクセント、会話をお聞き下さい。 皆様のこれからの英語力向上のためにネイティブの発音、アクセント、会話を参考にしてください。</p>	

傷病者コミュニケーション（緊急、救助、病気、ケガ等）実践ガイド＜アドバンス編＞ 令和4年度アドベンチャートラベル推進事業 アクティビティガイド能力向上事業

<p>ひとくち単語帳 (症状の種類)</p>	<p>最初に日本人講師が日本語で単語を読みます。 受講者の皆さんは、その日本語にあたる英単語をテキストから拾って読みます。 その後、ネイティブが正しい発音で英単語を読みます。 テキストを見ずに素早く反応できるまで練習しましょう。</p>	
	<p>救急・救命に必要な語句をひとくち単語で学びましょう。 Learn short phrases used during first aid and lifesaving.</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> ・腕を曲げる：Bend your arm ・手を広げる：Spread your hand ・足を動かす：Move your leg 上下に Up ⇔ Down / 前後に Forward ⇔ Back 左右に Right ⇔ Left ・体を前に傾ける：Lean forward 右に傾ける：Lean to the right 	<ul style="list-style-type: none"> ・口を開く：Open your mouth ・手で押す：Push with your hands ・這う：crawl ・横向きに転がる：roll onto your side ・背を起こして座る：sit up straight ・うつ伏せに寝る：lie down on your stomach ・姿勢を正す：keep your back straight
<p>■痛み症状</p>	<p>Type of pain</p> <ul style="list-style-type: none"> ・刺すような痛み：sharp pain ・波のある痛み：pain that comes and goes ・急性の痛み：acute pain ・慢性の痛み：chronic pain ・ズキズキする痛み：throbbing pain ・焼けるような感覚：burning sensation ・ヒリヒリ感：tingling sensation ・引き攣るような痛み：cramp ・締め付けられるような痛み：squeezing pain ・鈍痛：dull pain ・放散痛：radiating pain 	<p>Name of Pain</p> <ul style="list-style-type: none"> ・腹痛：stomachache ・頭痛：headache <ul style="list-style-type: none"> – 軽い頭痛：mild headache – 片頭痛：migraine – 重度の頭痛：severe headache ・胸痛：chest pain ・のどの痛み：sore throat ・筋肉の痛み：muscular pain ・腰痛：back pain ・胃痛：stomachache ・胃に痛みがある：have pain in my stomach
<p>■呼吸器症状</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・息切れ：be out of breath ・呼吸が苦しい：have difficulty breathing ・深く息を吸えない：can't take a deep breath ・呼吸ができない：can't breath ・咳：have a cough ・空咳：dry cough ・（唾を）飲み込むのがつらい：can't swallow (saliva) 	<ul style="list-style-type: none"> ・痰が絡む：have phlegm in my throat ・痰がでる：coughing up phlegm ・咽喉がかれて声のでない：lost my voice ・胸がきつい：chest feels tight ・くしゃみがとまらない：can't stop sneezing ・鼻が詰まる：have a stuffy nose ・鼻水がでる：have a runny nose

傷病者コミュニケーション（緊急、救助、病気、ケガ等）実践ガイド<アドバンス編> 令和4年度アドベンチャートラベル推進事業 アクティビティガイド能力向上事業

<p>■風邪のような症状</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・目眩がする：feel dizzy ・フラフラする：feel light-headed ・目が回るような目眩がある：have vertigo ・失神しそう：going to faint ・筋肉がこわばる：my muscles are stiff ・倦怠感がある：a sense of fatigue ・発熱：have a fever 	<ul style="list-style-type: none"> ・味覚が無くなった：I lost my sense of taste ・たくさん汗をかいた：sweating a lot ・寒気：have a chill ・寒い：I'm cold ・ふるえがある：shivering ・眠気がある：feel sleepy
<p>■胃腸系</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・下痢：have diarrhea ・軟便：have a loose stool ・便秘：am constipated ・下血：there was blood in my stool 	<ul style="list-style-type: none"> ・嘔吐する：vomit ・吐き気がある：feel nauseous ・食欲がない：have no appetite ・消化不良である：have difficulty in digesting food
<p>■筋骨格系</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・虚血している：be ischemic which means a lack of blood supply to a body part ・動かせない：can't move ・荷重をかけられない：can't bear weight 	<ul style="list-style-type: none"> ・立ち上がれない：can't stand up ・握れない：my hands feel weak ・指先が冷たい：my fingers feel very cold ・麻痺してきた：numb
<p>これでレッスン5の会話を終わります。 実際の現場では、先ほどの日本人ガイドの会話スピードで十分に伝わりますのでご安心ください。</p>		
<p>重要表現</p>	<p>このレッスンでは是非覚えていただきたい重要な表現の会話です。 講師のあとに続いて、皆さんも練習してみましょう。 まず、講師が読みます。</p> <p>変化：どのようにすると症状が悪化、もしくは良くなりますか？</p> <p>Provokes: Does anything make the symptoms worse or feel better?</p> <p>それでは練習しましょう。はい、どうぞ。</p>	
<p>役に立つ表現</p>	<p>覚えておくと非常に役に立つ表現をご紹介します。 講師のあとに続いて、皆さんも練習してみましょう。 まず、講師が読みます。</p> <p>アレルギー：アレルギーはありますか？</p> <p>Allergy: Are you allergic to anything?</p> <p>それでは練習しましょう。はい、どうぞ。</p>	