

脳震盪が起きた時の対処 (IRB 定款 第10条)

1. 脳震盪になった直後の注意

以下の点が自覚される、または認められる場合はすぐに病院にいきましょう。

1. 頭痛がひどくなる(つよくなる)。
2. 強い眠気に襲われるか、または寝覚めが急に悪くなる。
3. チームメイトの名前を言えない、または自分が今いる場所を正確に把握できない。
4. 記憶の消失(一時的)。
5. 一時的な失神、意識喪失。
6. 3回以上の嘔吐。
7. 行動が普段と異なる(混乱・錯乱している様子)。
8. いらいらする(怒りっぽくなる)。
9. 上肢(腕)・下肢(脚)が痙攣する発作がおきる。
10. 上肢(腕)・下肢(脚)のちからが弱くなりしっかり立ってられない(ふらふらする)。
11. 発している言葉が不明瞭になる。

プレーへの復帰

最低3週間はプレーを休まなければいけません(20歳以上の選手は専門医診断のうえ許可ができれば復帰できます)。

3週間経過していても脳震盪による症状がなくなり、専門医の許可がでるまでは練習に戻ってはいけません。

睡眠について

受傷直後4時間は寝ないでください。その後であれば睡眠をいつものようにとってもらっても大丈夫です。寝ている状態がおかしいと思われたら、一言2言声をかけて起こしてあげて、それからまた寝かせてあげましょう。翌朝はいつものように起こしてください。もしいつものように目覚めなければ、医療機関での対応が必要と思われます。

もし最初の晩に、症状の悪化が心配でしたら、夜間2時間毎にやさしく起こしてあげて、「ハイ」または「イエ」で答えられるような簡単な質問をしてあげてください。

飲酒について

最低2日間は飲酒を止めてください。

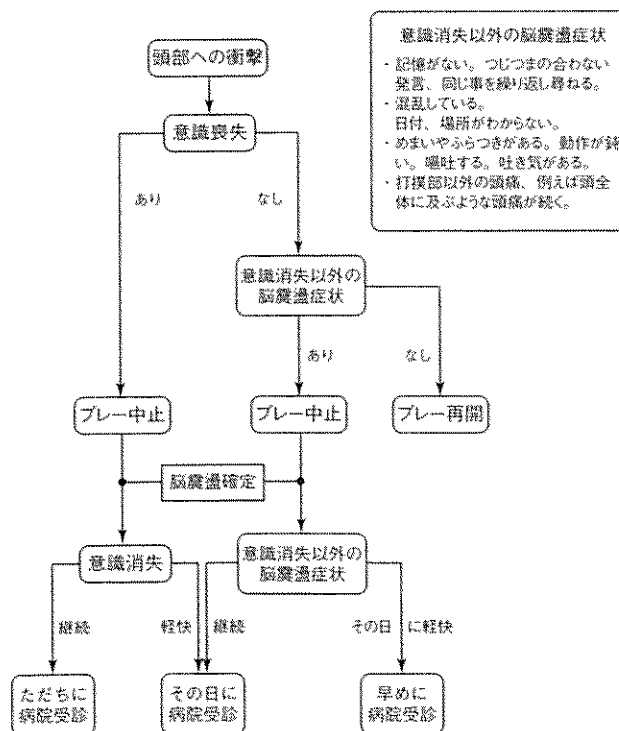
運転について

車やバイクの運転は最低1日たってからにしてください。
めまいがなくなり、症状が十分なくなってから運転を再開してください。
医師に相談するのもよいでしょう。

痛みについて対処

痛み止めの内服薬の中には損傷部位の出血傾向を強めるものもあるので、使用に関しては医師に十分に確認した上で行ってください。受傷後4日以降であれば特に気にしないで大丈夫です。

ラグビーにおける脳震盪取扱いフローチャート



意識消失以外の脳震盪症状
 ・記憶がない、つじつまの合わない発言、同じ事を繰り返し尋ねる。
 ・混乱している。
 ・日付、場所がわからない。
 ・めまいやふらつきがある。動作が鈍い。嘔吐する。吐き気がある。
 ・打撲部以外の頭痛、例えば頭全体に及ぶような頭痛が続く。

安全対策

IRB 定款 (第 10 条)

- ・ 脳震盪を起こした場合、試合と練習への参加は最低 3 週間禁止。
症状消失後、医学的診察を受け診断書をもって復帰する。
- ・ 成人では、症状がなくなり神経専門医が認めた場合に限り 3 週間以内に復帰可能。この場合も診断書が必要。
- ・ 未成年者は最低 3 週間の期間を厳守する。

2. 報告について

<報告義務者>

- A. 退場者が出たチームのチーム責任者
- B. 当該試合のレフリー
- C. 当該試合のマッチドクター
- D. 当該試合のメディカルサポーター

<報告内容>

報告義務者の A は以下の全て、B,C,D は以下の 1,2 についてわかる範囲で簡単に報告すればよい。

1. 年月日、大会名、対戦チーム名
2. 受傷選手の所属チーム名、選手名、学年、年齢、ポジション
3. 受傷時の状況 (タックルした時、された時など簡単に)
4. 退場後の処置 (医師の診断を受けるように指示して帰したなど簡単に。ただし救急車などで病院に搬送した場合には搬送先の病院名は報告すること)

<事後処置>

1. 脳震盪を起こした選手は速やかに医師の診察を受け、その医師の指示に従うこととする。
2. 診察の結果を記す診断書の作成時期については特に定めない。
3. 所属チームの責任者は診断書の現物あるいはそのコピーを大会本部あるいは所属地区協会に速やかに提出すること。

<報告方法>

1. 報告義務者 A は別記の報告書にて FAX または封書で報告する。
2. 報告義務者 B、C は協会からの依頼用紙 (派遣に対する) の返信用ハガキの空白部に脳震盪が発生したと報告内容をわかる範囲で記載し返信する。
3. 報告義務者 D は報告義務者 B,C の返信用ハガキに自分の名をサインするという事で報告とする。
4. 協会からの依頼ハガキが無い場合にはハガキを購入し同上とする。

3. 復帰について

<原則>

練習中あるいは試合中に別に定めたいわゆる脳震盪 (頭部打撲) をおこして退場したとの報告がなされ、その後何等手続きのない選手については、競技規則第 3 条の注意事項に従い受傷後 3 週間は試合または練習への復帰は禁止する。

<規則期間以内の復帰>

現場で別記のごとき症状を示し、脳震盪と診断され退場した選手でも定められた手続きを行うかあるいは診察を受けた医師の許可が得られれば 3 週間以内でも練習あるいは試合に復帰することができる。

ただし、高校生・高専生については 3 週間以内の練習への復帰は認めない。

<復帰の手続き>

1. 復帰に関する所定の手続き (復帰願、医師の診断書の提示など) を所属地区協会あるいは地域協会に提出し、協会の許可を得た上で復帰する。
2. 所属協会に所定の手続きを提出する時間的余裕がない時には受傷後初めてプレーする予定のグラウンドで、その選手の所属チームの責任者が大会本部あるいは協会の担当役員、レフリー、マッチドクターのいずれかに所定の手続き (復帰願、医師の診断書の提示など) を行い、許可を得てから出場させること。
3. 現場で許可を与えた者は可及的早急に責任をもって書面で地域協会に報告すること。
4. 大会本部、あるいは地域協会に提出された書類はそれぞれの担当者が責任をもって日本協会のメディカルコミッティーに提出すること。

脳しんとう報告書

報告日	年	月
チーム名称		
報告者氏名		
緊急連絡先		

1. 受 傷 者

氏 名	年 令	才	生年月日	年	月	日
-----	-----	---	------	---	---	---

2. 受傷時の状況

発生日	年	月	日	時刻	A M	:	P M
場 所	コンディション						
受傷時の状況に タックルをした タックルをされた スクラム モール ラック その他、特記事項							

3. 受傷時の処置

応急処置の内容
医師または病院名