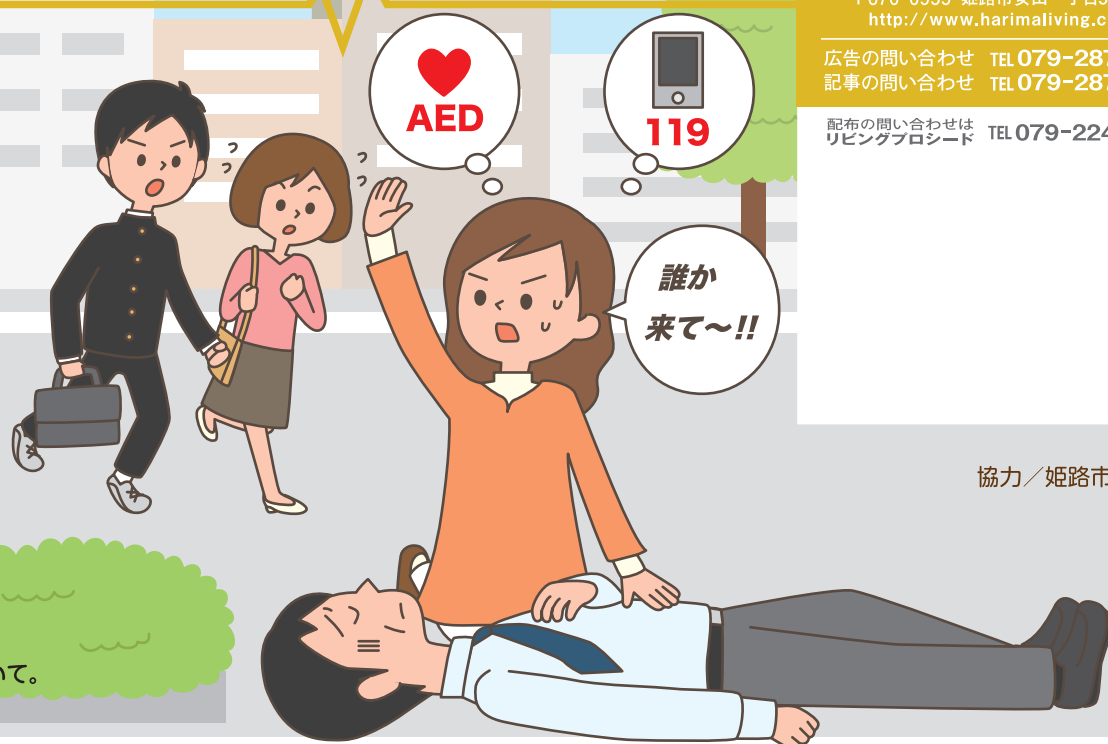


LIVING



命のボタンをつなごう!

私たちにもできる 救命処置



協力/姫路市医師会

誰にでもある「急変」のリスク。

もしも、家族や友人、あるいは街でたまたま隣に居合わせた人が突然に倒れ意識を失ったら、あなたはどうしますか?

今回の医療特集のテーマは、私たち市民にもできる救命処置について。

まずは、救命の現場で活躍する人たちに話を聞きました。

救命のキーワードは
「積極性」



姫路市医師会
救急・災害医療担当
本郷彰裕先生

呼吸が止まり心臓も動いていないとみられる人の救命率を、少しでも高かり戻すという良質な胸骨圧迫をAEDを使用するまで絶え間なく行い、救急救命士や医師が医療器具や薬剤などを用いて行う二次救命処置があり、リタイアになって何人かで役割分担しましょう。人の命に関わることで、心肺停止状態になった場合の救命率は、1分経過すること約10%ずつ下がるといわれています。したがって救急車が到着するまでの空白の時間に、その場に居合わせた人(バイスタンダー)が応急処置をできるかどうか、その人の命を大きく左右することになります。一般市民ができる救命処置は胸骨圧迫(心臓マッサージ)とAEDの使用です。

「私にもできたよ。誰にでもできるよ。」救命講習催す「救命講習会」や、姫路市医師会が毎年9月に開催する「救急医療フォーラム」の救命講習に参加し、胸骨圧迫とAEDの使い方を体験してみてください。そして、

体験しないと分からない!
胸骨圧迫のコツとAEDの使い方

皆さんの誰もがバイスタンダーになる可能性があります。いざというときにためらわず積極的に行動するには、正しい知識と経験が必要です。

「私にもできたよ。誰にでもできるよ。」救命講習催す「救命講習会」や、姫路市医師会が毎年9月に開催する「救急医療フォーラム」の救命講習に参加し、胸骨圧迫とAEDの使い方を体験してみてください。そして、

救命のキーワードは
「勇気」



救急救命士
松佐宣充さん

主に心肺停止者に蘇生行為を行いながら患者の容態悪化を防ぎ、医師にボタンタッチするのが救急救命士の使命です。救命の最前線に立つ救急救命士には常に技能の向上が求められるため、彼らは医師や看護師と共に研修会や勉強会に参加し、最新の知識と技術の習得に努めています。「私たちの技量の向上が市民の皆さんの安全・安心につながる」と松佐さん。「市民の皆さんには倒れている人を見つけたら勇気を持って行動してほしい。そして、一つ一つの大切な命を救うには救急車の適正利用が不可欠です」。

救命のキーワードは
「声を上げること」



看護師
坂口祐美さん

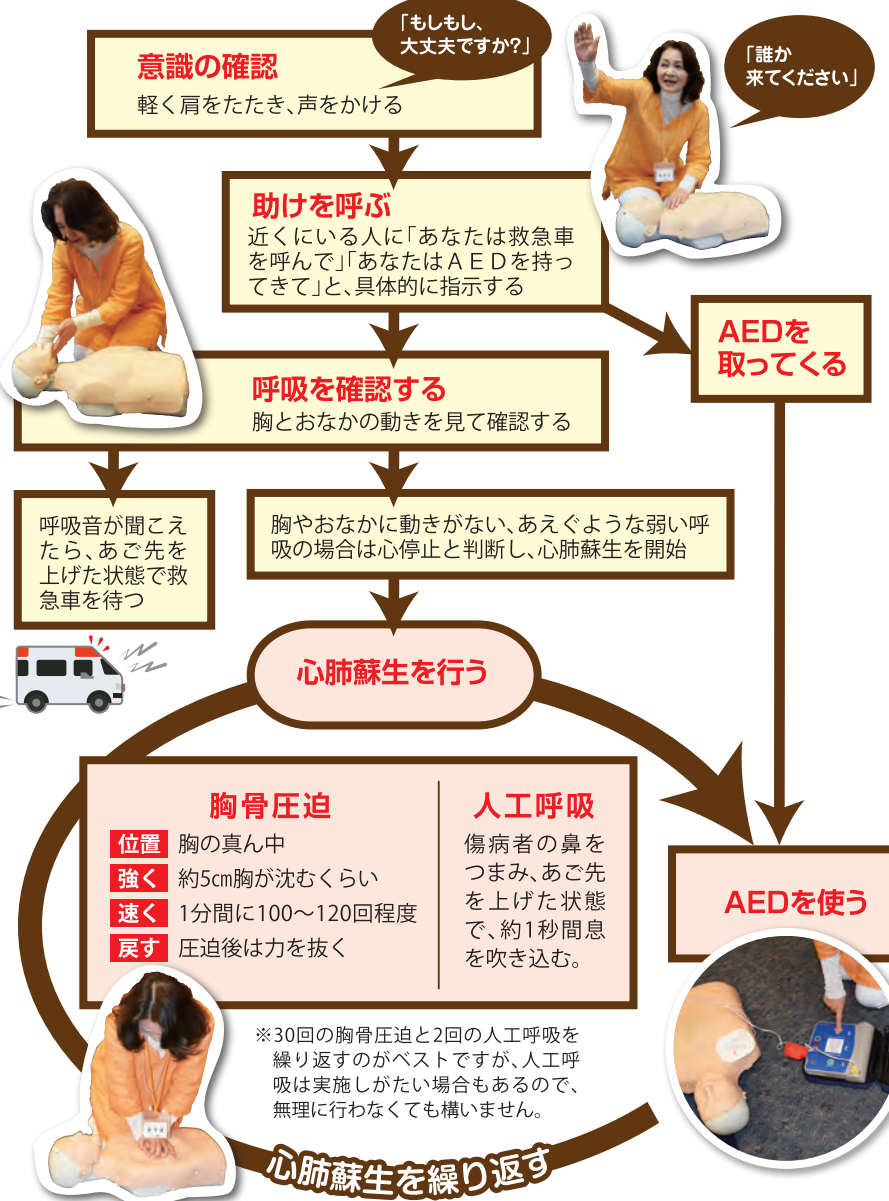
勤務する病院で一次救命委員会の委員に。自分が理解できていない人には伝わらないと、医療従事者対象の救命研修会に参加した坂口さん。日進月歩する医療の世界で学び続けたいと思い、インストラクターとなって自己学習を積み重ねています。医療従事者でも経験がないと思い通りに動けないという救命の場面。「胸骨圧迫、AEDなんて荷が重いと感じる人は、声を上げて人を集めるだけでも役割は果たせます」と坂口さん。「見て見ないふりだけはしないでほしいのです」。

2面へ続く

体験で身に付けよう！ 救命処置のポイント

予期せぬときに少しでも落ち着いて行動するためには、経験と心構えが必要です。リビング読者と一緒に姫路市医師会が主催する「救命講習会」に参加しました。

心肺蘇生の流れを知っておこう！



Q 胸骨圧迫はいつまで続けるのですか？
A 救急隊員に引き継ぐまで、または傷病者に圧迫を嫌がるような動きがみえるまで絶え間なく(AEDの解析とショックの間は除く)続けてください。

Q AEDを使うときの注意点は？
A 電極パッドは、汗や水で体表が濡れていたら拭いてから、体毛が多い場合はパッドではぎ取ってから、肌に直接貼ります。ボタンを押す前に、全員が傷病者から離れることが最も大切です。

気になる！救命処置のあれこれ

Q AEDは子どもにも使えますか？
A 使用できます。8歳未満には小児用パッドを利用しますが、無ければ成人用パッドでも大丈夫です。本体で小児モードに切り替えられるタイプもあります。小児の場合の心肺停止は誤嚥(ごえん)や不慮の事故など、心臓が原因ではない場合も多いので、AEDを使う頻度は少ないと考えられます。その分、良質な胸骨圧迫と人工呼吸が必要です。

Q 呼吸の確認に自信がありません。必要のない人に胸骨圧迫を行うとどうなりますか？
A 必要のない人に胸骨圧迫を行っても問題はありませので、迷ったら圧迫を行ってください。また強くて速い、良質な胸骨圧迫で肋骨が折れるという場合もあります。しかし、命さえあれば骨折は治癒できますが、失った命は還ってはきません。

AEDの使い方をチェック！

- 電源を入れ、音声メッセージに従って行う**
電極パッドを貼っても胸骨圧迫は続ける
「パッドを胸に装着してください」
- 電極パッドを貼る**
電極パッドを貼っても胸骨圧迫は続ける
- AEDが心臓の状態を解析**
胸骨圧迫を中断する
「心電図を解析中。患者に触れないでください」
- 電気ショックを行う**
電気ショックが必要な場合は音声メッセージが流れる
「電気ショックが必要ですが患者から離れてください」

※「ショックの必要はありません」というメッセージがあった場合やAEDを使った後は、救急車が到着するまで胸骨圧迫などの手当てを続ける
 ※音声ガイドの言葉は機種により多少異なる

AED設置場所

主に公共交通機関、商業施設、学校、医療・介護・福祉施設などに設置されているAED。実際に市内のどこにあるのか知っておくことも大事です。姫路市内には600力所以上が登録されています。「姫路市AED設置箇所」で検索を。

参加してみよう！

普通救命講習会

【日時】5月28日(土)、9:30～12:30
 【場所】姫路市医師会館5階 中ホール
 (姫路市西今宿三丁目7番21号)
 【対象】中学生以上
 【申し込み】住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を明記し下記いずれかへ
 ☎079(223)9557 (FAX)079(223)9543
 HP: 姫路市消防局の問い合わせフォームから

体験を終えて

以前、AED講習会に参加し、頭の中ではイメージできていたのですが、スムーズに行動できませんでした。胸骨圧迫はかなりの力が必要だと分かり、チーム力が大切だと実感しました。この体験で得た情報を家族や友人と共有しようと思います。

