

和 ~ なごみ ~

一次救命処置とAED



検査科科长 野口 智幸

もしものとき、あなたは

突然、目の前の人が倒れたときあなたはどのようにしてしようか？倒れた人が呼吸をしていなかったら心臓突然死の可能性がります。先ほどまで元気に遊んでいた子供が、出勤途中のサラリーマンが、また今までスポーツをしていたアスリートなど心臓突然死はいつでも誰でもどこにでも起こる可能性があります。統計によると年間7万人が命を落としています。

平成14年に亡くなられた高円宮殿下もスカッシュの途中で心停止を起きました。殿下はAEDの適応である心室細動（心臓が痙攣したような状態）だったと言われています。高円宮殿下の急逝以降、2004年（平成16年）に一般人によるAEDの使用が認められ、広く普及しました。

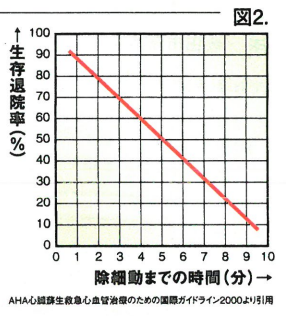
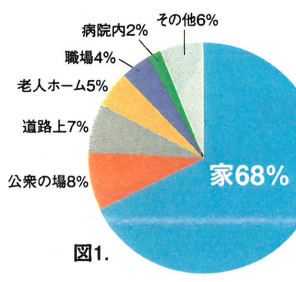


図2. AHA心臓蘇生救命心臓治療のための国際ガイドライン2000年1月用

一昔前までは、救急車が来るまで「触るな」が当たり前でしたが突然の心停止では、1分経過につき10%社会復帰率が落ちると言われています。(図2)現在、救急車が現場に到着するの平均7.8分かかると言われていて、それでも何もせず、救急車が来るまで待ちますか？

今では、自動車免許を取る際に教習所で救命処置の実習が必須になり、小中学校でも授業に取り入れるところが増えています。私が所属する協会でも小中学校の授業に必須課程となるよう働きかけています。

一次救命処置の手順(成人)

- 1、周囲の安全
- 2、反応の確認
- 3、応援要請、119番通報
- 4、呼吸の確認
- 5、胸骨圧迫心臓マッサージ
- 6、人工呼吸
- 7、AEDの使用

1 周囲の安全
救助現場の周囲の状況が安全かどうかを確認します。車の往来がある車道など自分自身に危険が及ぶ場所

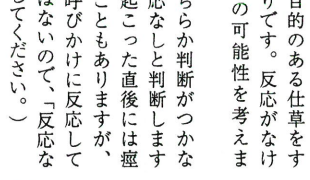


は、安全な所へ移動してからの救助となります。自身の安全を確保することは傷病者を助けることよりも優先されます。

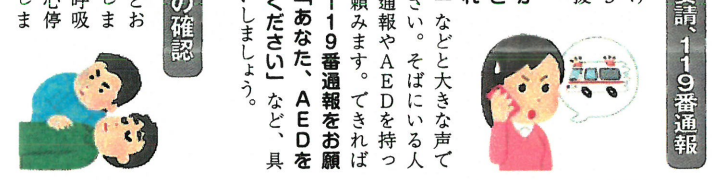
2 反応の確認
傷病者の肩を優しくたたきながら大きな声で呼びかけます。目を開けるなど目的のある仕草をすれば反応あります。反応がなければ心停止の可能性を考えます。



3 応援要請 119番通報
反応がなければ、119番通報や応援を呼びます。応援は「誰か来てくたさい！人が倒れています！」などと大きな声で叫んでください。そばにいる人に119番通報やAEDを持ってきてもらう頼みます。できれば「あなた、119番通報をお願いします」「あなた、AEDを持ってきてください」など、具体的にお願いします。



4 呼吸の確認
上から胸とお腹を観察します。正常な呼吸が無ければ心停止と判断します。



心停止直後には、しゃくりあげるような呼吸状態が見られる時がありますが、正常な呼吸ではないので心停止と判断します。もし、判断がつかなければ心停止と判断して次の行動をとってください。

5 胸骨圧迫心臓マッサージ
心停止と判断すれば、胸骨圧迫心臓マッサージです。胸の真ん中(喉の下からみぞおち)に「胸骨」と呼ばれる縦長の平らな骨があります。この骨の下半分に一方の手をのひらの手を重ねて置きます。圧迫は手のひら全体で行うのではなく、手のひらの基部(手掌基部)だけに力が加わるようにしましょう。指先を少し上げるようにして。



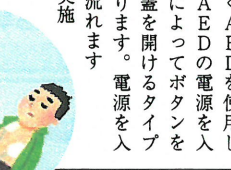
垂直に体重が加わるよう肩肘をまっすぐに伸ばし、約5cm沈むように押します。押したら胸壁が元の位置に戻るよう力を抜きます。1分間に100、120回くらい繰り返します。疲れてくると押す力が弱くなってきます。疲れる前に代わってもらいましょう。(私も2分間するとかかなりしんどいです)

6 人工呼吸
傷病者の顔を仰け反らせ(頭部後屈)ご先拳上(鼻をつまみ傷病者の気道を確保)息を大きく開いて傷病者の口を覆って密着させ、息を吹き込みます。傷病者の胸が上がるのを見てわかる程度の量を約1秒間かけて2回吹き込みます。胸骨圧迫心臓マッサージ30回と人工呼吸2回を繰り返します。ただし、



人工呼吸が難しかったり、躊躇われる場合は、胸骨圧迫心臓マッサージだけを繰り返します。

7 AEDの使用
心臓突然死を疑った場合は、できるだけ早くAEDを使用します。まず、AEDの電源を入れます。機種によってボタンを押すタイプと蓋を開けるタイプの2種類があります。電源を入れたら音声が出ますのでその通り実施してください。使用時には次のことに注意が必要です。



- * シール状の電極パッドの裏紙を外し、肌に直に貼り付ける。
- * パッドを貼る場所が濡れていたらふき取る。
- * 心電図の解析が始まったら傷病者に触れない。
- * ショックが必要といわれたら誰も傷病者に触れていないことを確認し点滅しているボタンを押す。
- * ショック不要といわれても心臓が動き出したことではないので傷病者が動き出す、または正常な呼吸が出るまで心肺蘇生を続ける。

みんながAEDを使えるように
総務省によれば、平成28年中に一般市民が目撃した心肺機能停止傷病者のうち、一般市民による心肺蘇生が行われた場合の1ヵ月後生存率は18.6%、AEDで除細動を実施した場合53.3%でした。心肺蘇生をしなかった場合1ヵ月後生存率は

9.3%で、AEDなどによる初期対応がいかに重要かわかります。今や街中のあちこちで見かけるほどAEDの設置は進んでいますが、心肺停止を目撃した一般市民によるAEDの実施率はわずか4%程度です。いざというときに使えなければ、物を揃えても意味がありません。

心肺蘇生のやり方は、5年ごとに改訂されています。その内容はだんだんと単純化または簡素化により市民がその内容をより理解し、実施しやすいよう配慮されています。

しかし一般市民にとって心肺蘇生は勇気のいることではないかと思ってしまうことも、やり方に不安があれば119番通報をした際に救急指令室との通信でやり方を教えてもらいながら実行することが出来ます。また文章で読んでわかりづらいと思います。少しでも興味を持っていただいた方は講習会を受けてみてはどうでしょうか？消防署や大阪ライフサポート協会などで定期的に開催しています。

大阪マラソンでは、過去8回行われており心停止事故はありましたが、心肺蘇生やAEDの使用で、いずれも社会復帰されています。社会復帰率100%の要因は救命担当だけでなく一般ランナーやメディアインターナショナル、ほかのボランティアスタッフなど大阪マラソンに関わる人全員で意識し、迅速な一次救命処置が実施できたことだと思います。

このように、たまたまその場に居合わせた人がほんの少しの勇気と知識を持つことで、救える命があるのだということも少し多くの人に知ってほしいと思います。

協和会病院 検査科部長 野口 智幸
NPO法人大阪ライフサポート協会
日本救急医学会 大阪府支部副理事長 野口 智幸
ACS 大阪 次救命処置訓練センタースタッフ
大阪マラソン AED 除細動隊隊長

地域の皆様へ

健康講座のご案内

足は第二の心臓と言われています。その理由はご存知ですか？今回は足の動脈、静脈、リンパ管まで足の血管のお話をさせていただきます。

テーマ「足の血管のお話し」

●日時／平成31年3月9日(土)
13:30～15:00

●会場／協和会病院 2階 理学療法室

●講師／協和会病院 循環器内科
副院長 石坂 透

●住所／吹田市岸部北1丁目24番1号

※お車でお越しの方は、協和会病院の駐車場をご利用下さい。

お問い合わせ先 協和会病院 神出まで
TEL.06-6339-3455

新任ドクター紹介

田村 和則

●専門科 整形外科
●出身地 兵庫県
●趣味 映画鑑賞、食事
●特技 ご飯をいっぱい食べる！



患者さんへ一言

10月より勤務させていただいています整形外科の田村和則と申します。当院では基本的に人工関節の手術、骨折の治療をメインに行っています。

子供からお年寄りまで幅広く見させていただければと思っています。皆さんにとって来てよかったと思えるような診察を心がけていきたいと思っています。痛いところがあれば遠慮なくおっしゃってください。これからよろしくお願いたします。

辻 さよ子

●専門科 回復期リハビリテーション
●出身地 大阪府
●趣味 歴史散策
●特技 ドイツ語 会話(昔)



患者さんへ一言

平成30年7月から回復期リハビリテーション病棟で勤めさせていただいています。整形外科術後や脳卒中後等の患者さんと自宅復帰を目指している方のお手伝いをさせていただいています。

色々な合併症のためリハビリテーションが難しい方もおられますが、皆さんができるだけ良い体調で、リハビリテーションを進めていただけるよう心がけていきたいと思っています。

インフルエンザが流行っています!

インフルエンザってなに?

インフルエンザウイルスを病原体とする呼吸器の急性感染症です。皆様がよく耳にするものは「季節性インフルエンザ」を指し、冬季に世界中で繰り返し流行しています。

日本国内でも例年、11月下旬から12月上旬に始まり、1月～3月頃に流行のピークを迎えます。特にインフルエンザA型は症状や感染力がとても強く、他の人へうつしてしまうリスクが高いとされています。

一般的な「かぜ」と比較するとインフルエンザは症状が突然出現する事が多く悪寒、高熱、頭痛、筋肉痛、全身倦怠感といった症状に加え、咳や痰、鼻汁、咽頭痛といった風邪のような症状が出る事もあります。



インフルエンザの予防はどうしたらいいの?

流行前にワクチンを接種する

インフルエンザワクチンは感染後に発症する可能性を低減させる効果と、発症した場合の重症化防止に有効と報告されています。

(厚生労働省インフルエンザQ&Aより抜粋)



飛沫感染対策

インフルエンザの感染経路は感染者の咳やくしゃみの飛沫を浴びる事による飛沫感染が主となります。しかし、感染していても症状が無く気が付かない人、風邪だと思っている人も少なくありません。

咳やくしゃみが出る人はエチケットとして可能な限りマスクを装着しましょう。非感染者が自衛のためにマスクをする事も重要ですが、感染者がマスクをする方が対策として効果的です。

その他

体調が悪い方、基礎疾患を持っている方、妊娠中の方、高齢の方は流行時期の人混みへの外出を控えることで感染のリスクを減らすことができます。

また、外出後に手洗いを行う事でインフルエンザウイルスを物理的に排除できる可能性があります。手を拭く時は清潔なタオルを使用しましょう。近年では使い捨てのペーパータオルが望ましいとされています。



「もしかして?」と思ったら早めに医療機関へ受診することが大切です。十分な休養と水分補給も忘れずに行いましょう。

協和会病院のご案内

医療法人協和会 協和会病院 吹田市岸部北1丁目24番1号 (代)06-6339-3455

- 理事長／北川 透
- 院長／平塚 正弘
- 開院年月日／1988年(S63)3月
- 診療科目／内科、消化器科、循環器科、糖尿病内科、外科、整形外科、リウマチ科、脳神経外科、泌尿器科、神経内科、皮膚科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科
- 診療時間／午前診 9:00～12:00(月曜日～土曜日) 午後診 13:00～15:00(月曜日・水曜日・木曜日)

※救急医療については、24時間お受けしております。

病院理念

知・技・心

専門的な知識と技術の向上を図り心をこめて安心の医療を提供します

基本方針

1. 「患者様中心」を常に心がけ、満足な医療を提供します
1. 患者様の人權を尊重し、公平な医療を提供します
1. 急性期から慢性期まで、地域と連携した医療を提供します
1. チーム医療を推進し、質の高い医療を提供します
1. 人員・設備・環境を整え、安心して安全な医療を提供します

医療法人協和会 協和会病院 2012.4.1

編集後記

平成という年号も残すところあと数か月に迫り、「新しい年号の2文字はどうなるのぉ!」と興味深々でおられる方々も多いのではないのでしょうか?さて発刊以来16年継続されてきた広報誌～なごみ～平成最後の発刊を迎えました。次号からは、新年号に移行するというタイミングも含め、一区切りとして長年続けて来た広報誌委員長を放射線科:澤近主任に託す運びとなりました。引き続き、なごみのご愛読をよろしくお願致します。

《広報誌委員長 北村博司》

2019.2.10 鳥取県大山にて

