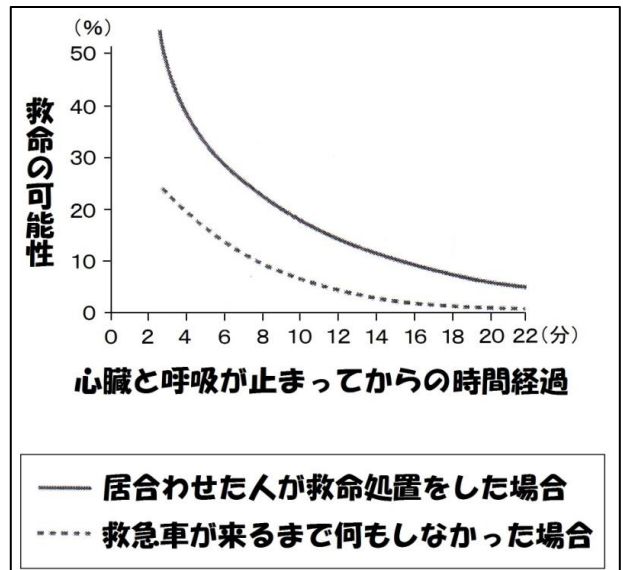


救命処置について

私たちは、いつ、どこで、ケガや病気におそわれるか予測できません。ケガや病気の中にはそのままにしておくと生命が危険に陥るものがあります。例えば心筋梗塞や脳卒中などの病気は、何の前触れもなく起こることがあり心臓と呼吸が突然止まってしまうこともあります。他にも、プールで溺れた人や喉に餅を詰まらせた人などは、何も処置をせずにそのままにしておくとやがて心臓や呼吸は止まってしまいます。そのような人を救うために、その場に居合わせた人が救命処置を行うことが重要となってきます。

救命処置の必要性について

救急車が現場に到着するまでの全国平均は約10分(令和5年)で、日南市消防署の平均到着時間も同じく、約10分(令和5年)です。脳が酸素なしで生きていられる時間はわずか3～4分であり、傷病者の心臓や呼吸が止まってから救命処置が行われないまま救急隊に引き渡したのでは、仮に生命を救えたとしても、元の社会生活ができるまでに回復させることは困難となります。救命の現場に居合わせた市民の方が、一刻も早く適切な救命処置(心肺蘇生やAED)を行うことが重要です。



救命の連鎖について

傷病者の命を救い、社会復帰に導くために必要となる一連の行為を「救命の連鎖」といいます。「救命の連鎖」は、「心停止の予防」「心停止の早期認識と通報」「一次救命処置」「二次救命処置と心拍再開後の集中治療」の4つの輪で構成され、この4つの輪がつながると救命効果が高まります。

「救命の連鎖」における最初の3つの輪は、現場に居合わせた市民の方によって行われることが期待されます。例えば、市民の方が心肺蘇生を行った場合は生存率が高くなり、さらには市民の方がAEDによって電気ショックを行った方が、救急隊よりも早く実施できるため、生存率や社会復帰率が高いことが分かっています。その場に居合わせた市民の方は、「救命の連鎖」を支える重要な役割を担っているのです。



心停止の予防

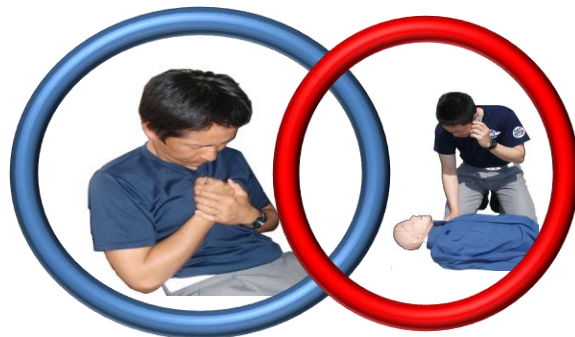
早期認識と通報

一次救命処置

二次救命処置と
心拍再開後の集中治療

心停止の予防について

救命の連鎖の1つ目の輪は「心停止の予防」です。子供の心停止の主な原因にはケガ、溺水、窒息などがあります。その多くは日常生活の中で十分に注意することで予防できるものです。チャイルドシートの使用、自転車に乗る時のヘルメットの着用、保護者がいない時の水遊びの禁止、浴槽で溺れないための対策、小さな子供の手の届くところに口に入る小さなものを置かないことなどが「予防」へとつながります。



乳幼児突然死症候群は、乳児の突然死の原因の一つとして知られています。家族の喫煙や子供のうつぶせ寝を避けることは、乳児の突然死のリスクを下げると言われています。
成人の突然死の主な原因は急性心筋梗塞や脳卒中です。

(1) 急性心筋梗塞

急性心筋梗塞は、心臓の筋肉に栄養分や酸素を送る血管が詰まることによって生じます。急性心筋梗塞になってしまうと、心臓の筋肉が死んでしまい、心臓の動きが弱まったり、心臓が突然止まってしまう不整脈を起こしたりします。

急性心筋梗塞の症状には、「胸の真ん中の痛み」「胸が締め付けられる」「胸が焼けつくような感じ」「胸が圧迫される」などと表現され、症状の強さにも個人差がみられます。時には、胸以外に背中、肩、両腕、あご、歯やみぞおちのあたりに不快感を感じることがあり、吐き気、嘔吐、息苦しさが見られることもあります。急性心筋梗塞を疑ったら、一刻も早く病院で治療を受けるためにもすぐに119番通報することが重要です。万が一、反応がなくなり、普段どおりの呼吸もなくなったらただちに心肺蘇生を開始してください。

(2) 脳卒中

脳卒中は、脳の血管が詰まったり(脳梗塞)、破けて出血(脳出血・くも膜下出血)したりすることによって生じます。

脳梗塞や脳出血では、手足(多くは片側)に力が入らない、しびれる、言葉がうまくしゃべれない、ものが見えにくい、二重に見える、めまいがする、などの様々な症状が組み合わせで急に現れ、症状が重い場合は意識を失うこともあります。くも膜下出血では、生まれて初めて経験するような非常に強い頭痛に襲われます。重症のくも膜下出血では、意識を失うことが多く、しばらくして意識が戻ってから頭痛を訴えることもあります。くも膜下出血は繰り返して出血することが多く、そのたびに症状が悪化し命の危険が増していきます。脳卒中を疑ったら、ためらわずに119番通報することが重要です。意識がなくても普段どおりの呼吸がみられれば心肺蘇生の必要はありませんが、気道を確保(回復体位)して救急隊が到着するのを待ってください。

心肺蘇生法の流れ

日南市消防本部・消防署



※救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に呼吸や目的のある仕草が認められるまで心肺蘇生を続ける。

AEDを使用した救命処置の手順

①[反応をみる]



②[助けを呼ぶ]



③[119番通報とAEDの手配]



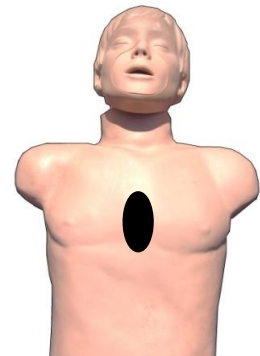
④[呼吸の確認] ※胸と腹部の動きを見る



⑤[胸骨圧迫] ※両肘を曲げずに垂直に 圧迫する



※胸骨圧迫部位 強く、速く、絶え間なく



胸の真ん中を圧迫

⑥[気道確保] (頭部後屈あご先挙上法)



⑦[人工呼吸] 1秒かけて吹き込む(2回) ※胸が上がるのを確認する



⑧[AEDの到着と準備] ※傷病者の近くに置く



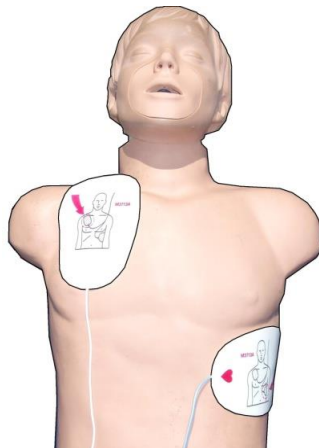
※AEDが到着するまでは、心肺蘇生
(胸骨圧迫+人工呼吸)を繰り返す

⑨[AEDの電源を入れる] 音声ガイダンスが流れます



※ふたを開けると、自動的に電源
が入る機種もあります。

⑩[電極パッドを貼る位置]



⑪[心電図の解析] ※音声の指示に従う



⑫ショックボタンを押す