



2030年に向けて
世界が合意した
「持続可能な開発目標」です



一般社団法人地域連携ネットワークみえ

三重県伊勢市御薗町長屋1963

(株)エホリューション内 (☎0596-63-5080 FAX0696-65-7006)

E-mail info@3c-mie.net <https://3c-mie.net/>



世界では、紛争とか戦争という名のもとに人が人の命を奪っていく行為が、それがあたかも日常であるかのように平然と続けられています。日々の報道では、幼い命が消えていく惨状が伝えられる度に、何もできない自分の無力さを感じずにはられません。一方、何気ない生活の中で、不慮の事故として伝えられる心痛む報道もありますが、少しの知識で救える命もあることを知りました。それが救急救命の世界です。今回、投稿いただいた鈴鹿医療科学大学の神藏(かみくら)先生から「応急手当指導員」や「応急手当普及員」という公的資格の存在を伺い、一市民でも救命を担えることを教えていただきました。裏面には「市民救助者の心肺蘇生」を記載いただきましたので、保存版として掲示いただければと思います。



鈴鹿医療科学大学 教授 神藏隆久

市民救助者の行う心肺蘇生と鈴鹿 P-BET(応急手当普及サークル)のお話

【はじめまして】

鈴鹿医療科学大学 保健衛生学部 救急救命学科の神藏貴久(かみくらたかひさ)と申します。2023年4月から本学に着任しました。これまでは国家公務員11年→地方公務員(消防吏員)14年→新潟の大学で6年教員をしてきました。消防吏員時代、ちょうど40歳の時になんとなく金沢大学の大学院に入学し、修士→博士と学び、45歳で修了しました。今回はご縁がありまして、市民救助者の行う心肺蘇生のお話と本学科の新2年生が主体となって活動を始める応急手当普及サークルについてお話させていただきます。

【背景となる考え方】

我が国では、年間約12万人の心停止傷病者を救急車が病院に搬送しています。日本全国の1日の救急出動件数は平均約17,000件で、これは約5秒に1回の割合で救急隊が出動していることとなります。我々の調査では、救急隊は119番通報を受け、通信指令員が出動場所を同定してから、その50%が1分以内に、90%が2分以内に出動しています。これは世界的に見ても非常に訓練された組織と言えるのではないのでしょうか。それでも救急隊が現場に到着するまでは平均約9.4分(総務省消防庁)かかります。すなわち、病院外で意識がなく、呼吸をしていない(心臓が動いていない)人を発見した場合、市民救助者による119番通報→胸骨圧迫を主体とした心肺蘇生(可能であればAEDによる電気ショック)が心停止傷病者の生命予後を改善する鍵となるのです。

【気になること】

■胸骨を圧迫すると骨が折れるのでは？

→板状の胸骨と棒状の肋骨のつなぎ目である軟骨が外れることがあります(いわゆる骨折です)。骨折は治りますが、心臓は一度止まってしまうと、基本的には自分の力で動き出すことはありません。市民救助者による胸骨圧迫が必要となります。

■心肺蘇生を行うと、救助者に何か有害事象が生じるのでは？

→救助者に生じる有害事象として同定された報告は、救助者が手袋をした状態で行った電気ショックに関する実験的な研究5件と植込み型除細動器(ICD)の自動放電による末梢神経損傷の症例報告1例(蘇生ガイドライン2020)でした。したがって、市民救助者が心肺蘇生を行うことで生じる有害事象は私の調べた限りでは見つけることができませんでした。

【鈴鹿 P-BET の発足】

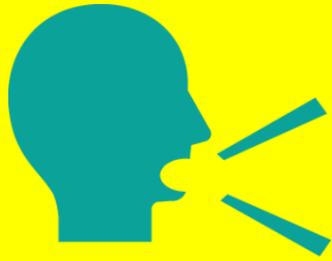
昨今、痛ましいニュースを目にしてきました。
・保育施設にておやつのリンドを食ったあと、窒息状態になり、命を落とした。
・小学校で給食のうずらの卵により窒息状態となり、命を落とした。
このような悲しい出来事により、「自分たちにできることはないか」と5人の救急救命学科の学生が応急手当普及サークルを立ち上げました。それが鈴鹿 P-BET(Primary Basic Life Support-Educational Team)です。

当初は保育施設を対象と考えていましたが、サークル顧問の筆者と川井理事長との出会いにより、地域のリカレント教育の一助となればと軌道修正しました。

依頼があれば三重県のどちらでも駆けつけます！ →まずは kamikura@suzuka-u.ac.jp か川井理事長にご相談ください！



市民救助者の行う心肺蘇生



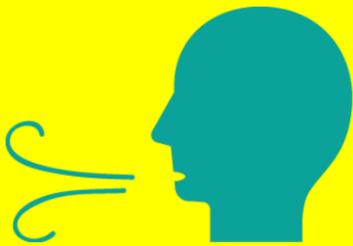
倒れている人の反応を確認
肩をたたき、大きな声で呼びかけます
「大丈夫ですか？わかりますか？」

なし

あり



助けを呼ぶ
119番通報・AEDを依頼
自分しかいない場合はハンズフリーで119



胸とおなかをみる
胸とおなかには動いていますか？
普段のような呼吸ですか？

なし

あり

可能であれば
回復体位に



- ・反応がない場合
- ・反応があっても不安な場合

↓
119番通報



胸骨圧迫を開始
胸の真ん中を
速く！（100-120回/分のテンポ）
強く！（約5cmで6cmを超えない）
絶え間なく！（中断を最小限に）



AEDが到着したら
電源ON！
あとは機械の指示に従う

・ショックのあと
・ショック不要メッセージ
胸骨圧迫を再開！

かけがえのない命を救うため、ためらわずにまず行動！