救命処置

～大切な人が目の前で倒れたとき、救急車が来るまでにあなたにもできることがあります～

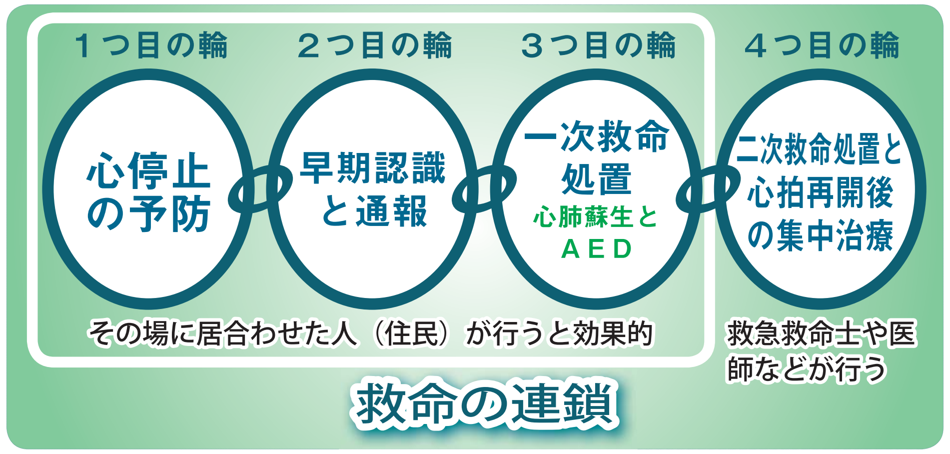
救命処置とは

　私たちは、いつ、どこで突然のけがや病気に見舞われるか分かりません。そんなとき、家庭や職場など、その場でできる手当てを「応急手当」といいます。病院に行くまでに「応急手当」を施すことで、けがや病気の重症化を防ぐことができます。

　また、けがや病気をして最も緊急を要するのは、心臓や呼吸が止まってしまう心肺停止の状態になった場合です。心肺停止は、急性心筋梗塞や脳卒中などの病気が原因だったり、プールで溺れたり、喉に食べ物を詰まらせたりと事故が原因の場合など、突然、何の前触れもなく起こることがあります。そのようなときに、救急車が到着するまでの間、そばに居合わせた人ができる「応急手当」のことを「救命処置」といいます。

救命の連鎖（傷病者の命を救い、社会復帰に導くため必要となる一連の行い）

　「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（心肺蘇生とＡＥＤ）、二次救命処置と心拍再開後の集中治療の４つの輪で成り立っています。この４つの輪が途切れることなく、素早くつながることで救命の効果が高まります。



住民の役割

　「救命の連鎖」の３つ目の輪までは、その場に居合わせた人（住民）が行うことで救命の効果が高まります。その場で心肺蘇生が行われた方が、行われなかったときより生存率が高く、住民がＡＥＤを使用し電気ショックを行った方が生存率や社会復帰の割合が高いことが分かっています。

十和田市管内の状況（救急）

　平成30年中の救急出動件数は、２２３４件、搬送人員は２０４４人となっています。年間を通してみると本市の人口（平成30年４月１日現在）の31人に１人が搬送されたことになります。

　搬送を事故種別ごとにみると急病が１２６０人と最も多く、次いで、転院搬送、一般負傷などの順となっています。

　また、１１９番通報から現場到着までの所要時間の平均は約８・６分、医療機関到着までの所要時間は約33・７分かかっている状況です。

あなたにもできる救命処置

　心肺停止した人の命を救うためには、１１９番通報やＡＥＤの手配など周りの人たちの協力が不可欠です。

　脳は、心臓が止まると15秒以内に意識がなくなり、３～４分以上そのままの状態が続くと回復が困難になります。心臓が止まっている間、周りの人が心肺蘇生やＡＥＤによる電気ショックなどの救命処置を行うことで、救命の可能性が高まります。

　一人一人が救命処置を学び、いざというときに実践できれば、助けられる命が増えるかもしれません。

　この機会に、ぜひ救命処置を学んでみませんか。

　9月22日、十和田消防署で普通救命講習が行われました。

　その時の受講者、豊川さんと講師を務めた救急救命士の川村さんにお話を伺いました。

受講者の声

豊川 美智子 さん

　職場が保育園ということもあり、子どもはもちろん、身近な人のお役に立てればと思って毎年救命講習を受けています。今回も受講してみて、また改めて再確認ができたので、(受講して)すごく良かったなと思います。

救急救命士の思い

救急救命士
川村 学 さん

　平成30年中に心肺停止の状態で救急搬送した件数は約70件になります。

　一人でも多くの命を助け、重症化させないためにも、できるだけ多くの市民に救命について知ってほしいです。

　救命には、消防や医療機関はもちろんですが、皆さんの協力が必要です。みんなが救命講習を受けて、救命処置について学んでもらいたいと思っています。そして、救命講習の内容を家族や知人に伝え、万が一のときには、みんなが救命処置をできるようになればいいと思います。

救命処置の流れ（心肺蘇生法と AED の使用）

周囲の安全確認
※倒れている人に近づく前に周囲を見渡し、安全かどうか確認

① 反応なし

耳元で声を掛け、肩を優しく叩いて反応を確認▶「大丈夫ですか？」

② 大声で応援を呼ぶ（119番通報・ＡＥＤ手配の依頼）

周囲の人に 119 番通報と AED 手配の依頼
▶「あなたは 119 番通報してください」
▶「あなたは AED を持ってきてください」

③ 呼吸の確認

呼吸あり
▶気道の確保
▶救急車到着まで待つ
▶回復体位の実施

呼吸なし

★ポイント　次のような呼吸が見られるときは『普段どおりの呼吸がない』と判断
▶胸やお腹の動きがない場合
▶約10秒間確認しても状態がよく分からない場合
▶しゃくりあげるような、途切れ途切れに起こる呼吸が見られる場合

④ 胸骨圧迫

肘を曲げず、胸の真ん中を垂直に押す
▶強く（胸が約５㎝沈むくらい）
▶速く（１分間に 100 ～ 120 回のリズム）

⑤ 人工呼吸

⑥ 心肺蘇生
▶胸骨圧迫 30 回と人工呼吸２回を救急車が到着するまで交互に繰り返す

⑦ AED 装着
※ AED は、小・中学校や市内公共施設、コンビニなどに設置されています。

ＡＥＤ

AED の電源を入れ、電極パットを装着
▶ AED の指示に従って操作する
▶電極パットを貼るときに次のことを確認
○胸部が濡れていないか
○胸部に貼り薬がないか
○心臓にペースメーカーが埋め込まれていないか

⑧ 心電図の解析

電気ショックが必要か AED が判断、指示
※ AED が順序立てて、指示してくれるため、迷わず操作することができます。

必要なし
▶直ちに、心肺蘇生（胸骨圧迫 30 回と人工呼吸２回）を再開し、AED の指示があるまで繰り返す

必要あり

⑨ 電気ショックの実施

その後、直ちに心肺蘇生（胸骨圧迫 30 回と人工呼吸２回）を再開し、AED の指示があるまで繰り返す

救命処置を学ぼう 救命講習会
普通救命講習Ⅰ

問合十和田消防署☎㉕ 4115

　十和田消防署では普通救命講習を開催しています。

◆とき　毎月第４日曜日 ※ 12 月と３月を除く
　午前９時～正午
◆ところ　十和田消防署
◆対象　中学生以上の市民
◆講習内容
　▶心肺蘇生法（成人）
　▶ AED の使用法　など

十和田消防イメージキャラクター
Ｑちゃん

※救命講習会は、各消防署でも実施しています。その他、事業所などへ出向して実施することもできますので、受講を希望される人は事前に各消防署にお問い合わせください。