救急豆知識

救命措置

私たちの住む富士五湖地域（富士五湖消防本部管内）は富士山の世界文化遺産登録以来、観光客等の地域流動人口が年々増加傾向にあります。そんな中、地域住民や来県者が重篤な状態に陥った際に一刻も早く救命する事を目的とした「富士五湖まちかど救急ステーション標章交付制度」が広められています。（詳細は5ページ参照）

そこで今回は、一般市民による救命処置の重要性を簡単に説明したいと思います。

心臓や呼吸が止まった人は、その後約10分の間で救命率が急激に低下します。救急車が来るまで手をこまねいていては助かる命も助けられなくなります。そうならないためにもそばに居合わせた皆さん一人一人が救命処置を行えるよう心肺蘇生法やＡＥＤの使用方法を身に付けておくことが大切です。

☆心肺蘇生法とは…

心肺蘇生法とは胸を強く圧迫する「胸骨圧迫」と口から肺に息を吹き込む「人工呼吸」によって、止まってしまった心臓と呼吸の動きを助ける方法です。脳は心臓が止まると15秒以内に意識がなくなり、3～4分その状態が続くと回復することが困難となります。心臓が止まっている間、心肺蘇生によって脳や心臓に血液を送り続けることがＡＥＤの効果を高めるとともに心臓の動きが戻った後に後遺症を残さないためにも重要です。また心肺蘇生によって急激な救命率の低下が、緩やかになります。

☆ＡＥＤとは…

心臓が突然止まるのは、心臓がブルブルと細かくふるえる「心室細動」によって生じることが少なくありません。この場合できるだけ早く心臓に電気ショックを与え、心臓のふるえを取り除くこと（これを「除細動」といいます）がとても重要です。ＡＥＤ（＝自動体外式除細動器）とはこの電気ショックを行なうための機器です。コンピューターによって自動的に心室細動かどうかを調べて、電気ショックが必要かどうかを決定し、音声メッセージで電気ショックを指示してくれますので、一般の人でも簡単で確実に操作することができます。

これらの救命処置は現場の市民が救急隊到着前にいちはやく行った方が、劇的に効果があります。現場に居合わせた「市民」から「救急隊」へ、「救急隊」から「医師」へ、命のバトンを引き継ぐ「救命のリレー」を途切れさせないために、一人でも多くの市民が勇気をもって「何か一つ」でも行動に移し、救命の第１走者として「救命のリレー」をスタートさせてください。

更に詳しい知識や手技の修得を目指したい方は富士五湖消防本部救命講習会を受講されてみてはいかがですか。（詳細は富士五湖消防本部のホームページを御覧ください）