応急手当の大切さ

空白の5分間、何ができる？

単に応急手当といってもいろいろです。切り傷にばんそうこうを張るのも応急手当ですし、骨折した場所に添え木をするのもそうです。おぼれた人を助ける人工呼吸や心臓マッサージも、当然含まれます。症状に応じて、できるだけ悪化を防ぐのが応急手当です。

医学が発達した今日、重度の骨折でも場所によっては危なくはありません。けれども、もし呼吸や心臓が止まってしまったら、それは一刻を争います。生命の危険がすぐそこに迫ってきます。居合わせた人が何もしなかったら、そ生のチャンスはどんどん失われていくのです。

救急車が現場へ到着するまでは約五分間。医師も救急隊も手が出せないこの時間は『医療の空白時間』と呼ばれています。わずか数分に施された応急手当が、尊い命を救った例は数え切れません。

九月九日は救急の日です。あなたもぜひ応急手当を覚えてみませんか。

なぜ、人工呼吸と心臓マッサージなのか

人間が呼吸して取り入れた酸素は、心臓から血液にのって体のあちこちに運ばれていきます。呼吸と心拍、この二つが正常に行われて、人間は生命を維持しています。何らかの事情によって、二つの働きのいずれかあるいは両方が止まったときは、これを補助してあげなければなりません。それが人工呼吸と心臓マッサージです。

人工呼吸は空気を人工的に肺に送り込むもの。吐く息の中には、二酸化炭素のほかに十六～十八パーセントの酸素が含まれています。大気中の酸素濃度と比べて少し少なめですが、十分です。これを体内に入れます。そして心臓マッサージ。この手当を「心臓にショックを与えるためにする」と思っていた人もいるのではないでしょうか。そうではありません。人工呼吸で送り込んだ酸素を体内に行き渡らせるために、外部から圧迫して心臓を動かすのです。『酸素を送る』ための手当です。

酸素が欠乏したとき、最も障害を受けやすいのが脳です。身体を司るこの部署は、酸素なくしては三～四分しか生きていられません。しかし通報を受けてから救急車が到着するまでは平均で約五分掛かります。この間、放置しておくと、命は助かっても脳が死んでしまい、いわゆる脳死の状態になってしまいます。そうなれば当然、元の社会生活はできなくなるでしょう。応急手当は単に命を救うだけではありません。その人の将来も救うものなのです。

とにかくけが人をよく観察。それから電話口へ

何か事が起きたときは、だれでも慌てます。「早く救急車を」と電話に飛び付きます。通報が早いに越したことはありませんが、本当はその前にやるべきことがあります。

それは『けが人の観察』です。出血はあるのか、意識はあるのか、脈拍はどうか―。急ぐ気持ちをぐっとこらえて確認してください。それから電話に向かってください。状況が分かれば、消防署も電話で何らかの指導ができますから。例えばのどに何か詰まったようなら「背中を叩いてください」とか、呼吸が止まっているようなら「あごを上に引き上げてください」といったアドバイスができます。消防署でも、病院の選定など患者の容体に合わせた準備をすることができます。

救急隊員ならいざ知らず、一刻を争う事故現場ではよほど肝っ玉の座った人でも平常心ではいられません。「何をしていいか分からず、きれいな布団を敷いて寝かせておいた」なんてケースも実際にあるとか。笑い話みたいですが、人間慌てればそんなものです。

救急は時間との闘い。一刻を争うときだからこそ、状況をしっかりと見極める目が必要なのです。

まず、大きな声を出してみてください

救急救命士 **渋木義春**さん（白根地区消防本部）

救急救命士―救急車に乗り込み、搬送だけでなく車内や現場で医療活動も行う。複雑化する現代の救急事故に対し、平成三年に制度化された新しい医療職だ。

救急救命士には医療に関する多くの知識と技術が要求される。現在、この資格を持ち実際の現場で活動している消防職員は県内にわずか二十三人しかいない。東京での長期研修をこなした渋木さんは六年十月、難関の試験を突破。白根地区消防本部で最初の救急救命士となった。救急の第一線で活躍する渋木さんに応急手当の大切さを語ってもらった。

救急車が現場へ到着するまでに、私たちの管内では平均約5分掛かります。救急は時間との闘いですが、この間は医師も救急隊もいません。だから居合わせた人が何らかの応急手当をすることが大切。それが救命率をアップさせます。でもなかなか行動できない人が多い。興奮し、慌ててしまう。それは仕方のないことです。

日本人には「もちはもち屋」というか、事が起きたら専門家に任せようという意識があるようです。時間はどんどん過ぎていくのに、なかなか決断を下せず、手をこまねいてしまうケースが多くあります。

まずは大きな声を出してみてください。指示を出すとか、助けを呼ぶとか。それで気持ちが落ち着くこともありますし、誰か来れば心強さも増すものです。

そして応急手当をやる。「悪化させてしまったら」という不安はあるでしょう。でも、完璧な処置でなくても自分ができるだけのことでいい。何もしないでいるのとは大きな差があります。悪い言い方かもしれませんが、「間違ってもいいからやってみよう」という気持ちが大切なんです。

できるだけ適切な処置をするためにも市民の皆さんには、ぜひ講習を受けて確実な知識と技術を身に着けてもらいたい。身をもって体験していただきたい。いざというとき、一つでもいいから応急手当ができるようになってほしいと思いますね。

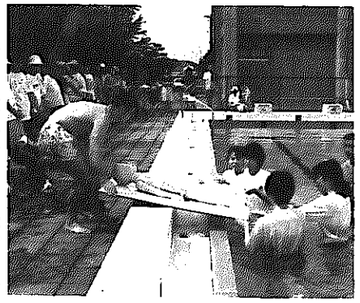
知識と技術をレベルアップ。救命講習を受けよう

ひん死の重傷者を前にしたとき、最も大切なのは『勇気』と『自信』です。「悪化させたらどうしよう」という不安、迷い―。それらを振り払って手当をしなければなりません。そのためにもあらかじめ応急手当についての知識と技術を身に着けておきましょう。

白根地区消防本部では、市民の皆さんに応急手当を覚えてもらうため、定期的に救命講習を行っています。人工呼吸や心臓マッサージなどは実際にやってみないとなかなか覚えられないもの。ぜひ受講してみてください。（受講方法は5ページ）

救急事故の現場に居合わせるのは一生に一度あるかないか。その機会は本当に少ない反面、いつ襲ってくるか分かりません。「いくら講習で学んでも、とっさにできるものかしら」と思う人もいるでしょう。けれども救急隊員は口をそろえて言います。「完璧な処置でなくてもいいんです。百のうち一つでもしてもらえれば。それだけで天と地の差があります」と―。

高齢化社会や車社会の現代、事故は複雑化し、そして増加の一途をたどっています。これからの時代、応急手当は常識の一つといえるかもしれません。ぜひ身に着けておきたいものです。



▶七月、大通小PTAがプール監視のため消防本部に依頼して救命方法を学んだ。懸命に救命技術を体得するPTAの皆さん。