

## 中2救命入門コースより

2学期に長野中学校で中学2年生を対象とした救命入門コースを実施しました。90分間の講習中、どの生徒も大変真剣な態度で、集中して取り組んでいました。「もしも自分の目の前で人が倒れていたらできることは何か」、「大切な命を救うために救急車が到着するまでの行動がどれだけ重要か」ということを知り、勇気を出して行動することの尊さに気づいた生徒が多かったようです。

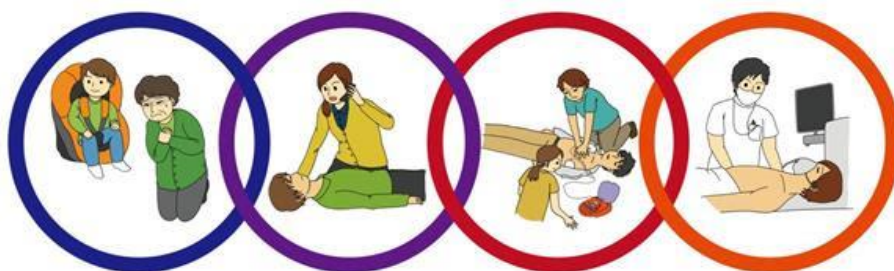


### ●救命入門コースで学んだ内容

- ①意識の確認… 「大丈夫ですか?」「わかりますか?」などに反応するか。
- ②助けを求める… 「人が倒れています。誰か来てください!」など
- ③119番通報とAEDの手配… 「あなたは119番をお願いします」  
「あなたはAEDを持って来てください」
- ④呼吸の確認… 「普段通り」の呼吸をしているか確認
- ⑤胸骨圧迫… 「普段通り」の呼吸をしていない時は、すぐに「胸骨圧迫」  
\* 胸骨圧迫のポイント「強く・早く・絶え間なく!」  
\* 普段通りの呼吸をしているかどうか分からない場合は胸骨圧迫をする。
- ⑥AEDのパッドの装着… AEDが到着したら、すぐに「電源をON」にして、パッドの装着をする。
- ⑦AEDのガイダンスに従い、必要な場合は「電気ショック」を行う。
- ⑧救急車が到着するまでの間、胸骨圧迫を続ける



### 救命の連鎖



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

●受講後のアンケート用紙に生徒が記入した質問内容について、行田市消防署の救急救命士さんよりご回答いただきましたので、以下にご紹介します。

Q 田んぼの真ん中で倒れているなど、119番通報の際に住所や今いる位置がわからないときはどうすればいいのかわかるのか

A 固定電話や公衆電話であれば、119番指令センターの画面に現在地が正確に表示されます。携帯電話で119番通報する場合でも、携帯電話のGPS機能が起動されていればほぼ正確な位置が表示されます。そのように現場の位置がわからない場合は、近くに何か目標物となる建物や道路標識があればそれを伝えてください。また、自動販売機が近くにある場合は住所ステッカーが貼られていることが多いので、そちらの住所を伝えて頂くのも有効です。

Q もし人が倒れているところが道路だった場合、どうしたらいいか

A まずは自分が近づいても安全かどうか周囲の状況を確認してください。その時に大きい声で助けを求め、協力してくれる方を集めてください。接触後、傷病者が、こちらの呼びかけに対して反応がなかったり、意識はあるが自分で動けない場合は、周囲の方と協力して傷病者の方を安全な場所まで移動させてください。また傷病者の方に接触する場合は感染防止の観点からマスク、ビニール製の手袋(無ければビニール袋等)を装着してください。そして傷病者の方の血液や嘔吐物等に直接触れないように注意することが大切です。

Q エスカレーターや止まったエレベーターで人が倒れた場合、どうすればいいか

A エスカレーター乗車中に倒れた方を発見した場合は、まず緊急停止ボタンを押してエスカレーターを停止させてから、周囲の方と協力して安全な場所まで傷病者の方を移動させてください。エレベーターが地震や機器トラブルにより緊急停止し、急病人が発生した場合は、エレベーターの操作盤にあるインターホンや非常ボタンを押し、管理会社にエレベーターが停止したこと、中に急病人がいることを伝えましょう。携帯電話で外部と連絡をとることも有効です。もしも停止中、救助を待っている間に急病人の方の容体が悪化し、心肺停止状態となってしまった場合は今回の救命入門コースで学んだ心肺蘇生法を実施してください。

Q AEDを持ってきても使える人がどこにもいなかった場合、自分がつけるのか

A 救命入門コースで学んだ皆さんなら大丈夫です。勇気をもって行動してください。

AED は、電源を入れると、音声メッセージと点滅するランプで、あなたが実施すべきことを指示してくれます。落ち着いてそれに従ってください。

Q 自宅で家族が心肺停止になったときなど、AEDがない場合はどうすればいいのか

A まず初めに119番通報を行い、心肺蘇生法を続けながら救急車の到着を待ってください。行田市では小中学校、公民館、市役所、消防署などの公共施設、事業所や歯科などに AED が設置されています。また、行田市内のコンビニエンスストアにも AED が設置されています。

Q AED の機種によって電極パッドを貼る位置は違うのか

A どの AED についても電極パッドを貼る位置は同じです。また、電極パッドには貼り付ける位置が表示されています。

Q ネックレスを着けている人が心肺停止になった場合、AED のパッドを装着する際に外した方がいいのか

A 速やかに外せるようであれば外して下さい。もし外せないようであれば、できるだけ電極パッドからネックレスを遠ざけるようにして下さい。

Q 訓練人形に胸骨圧迫をした際、とても柔らかかったが、実際も柔らかいのか

A 生体の胸胸部圧迫抵抗は、年齢・性別・体型等に影響されるため個人差があります。

訓練人形は、一般的な成人の胸部圧迫抵抗を忠実に再現していますので、適切な胸部圧迫の強さを経験することができます。

～長野中学校2年生の皆様へ

先日は救命入門コースを受講して頂き、ありがとうございます。行田市内に心肺蘇生法とAEDの使用ができる中学生がいることを誇りに思います。私達が皆さんにお伝えした2つのこと、「本当に大切なものは自分で守る。」「勇気を持って正しい行動をする。」これを忘れずにこれからも学び続けてください。

来年の夏休み「ステップアップ普通救命講習」で、ひとりでも多くの長野中学校の皆さんに再会できる事を救急救命士一同心待ちにしております。

行田市消防署 救急救命士 一同