

あなたの行動が命を救う

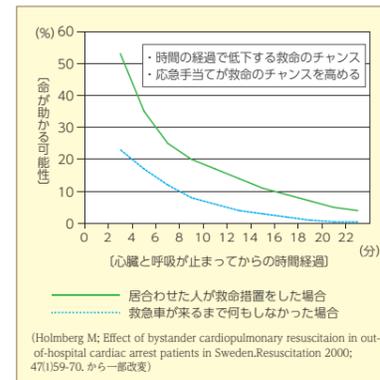


■**こんなときどうすれば**
目の前で突然誰かが倒れ、心臓や呼吸が止まってしまったら、あなたはどうしますか。心臓や呼吸が止まる原因は、心筋梗塞や脳卒中、熱中症など様々です。水難事故や熱中症が起こりやすい夏に向け、命を救うために私たちができることについて知識を深めましょう。

■自分にできる救命処置を

119番通報をすると、救急隊員が現場に向かいます。1分1秒を争う際には、その現場に到着するまでの間に、居合わせた人が応急手当を行うと、命を救える可能性が高くなります。左のグラフのように、心臓や呼吸が止まってしまった人に、何も手当をせず10分経過してしまうと、救命の可能性が10%以下になってしまうのです。

時間の経過と救命率の関係



救命処置の流れ 心肺蘇生法とAEDの使用

- 1 安全確認
- 2 反応なし
- 3 大声で叫び応援を呼ぶ。
119番通報・AED依頼
- 4 呼吸を見る
気道確保
様子を見ながら応援・救急隊を待つ。

呼吸なし
通常どおり

- 5 胸骨圧迫
強く(成人は約5cm、小児と乳児は胸の厚さの約1/3)
速く(100~120回/分)
絶え間なく(中断を最小に)
圧迫解除は胸がしっかりと戻るまで

- 6 人工呼吸
人工呼吸ができないか、ためられる場合は胸骨圧迫のみ続ける。
心肺蘇生(5)胸骨圧迫30回+人工呼吸2回を繰り返す。

- 7 AED装着
電源を入れる。
電極パッドを装着する。
直接素肌に装着できれば、衣類を脱がさなくても良い。

- 8 心電図の解析
電気ショックは必要か。

- 9 電気ショックを実施
その後すぐに5の心肺蘇生を再開。
必要なし
すぐに5の心肺蘇生を再開

- 繰り返す(8に戻る)
2分後に再度解析が始まる。
救急隊に引き継ぐまで、または傷病者が目を開けたり、普段どおりの呼吸になるまで心肺蘇生を続ける。
AEDは装着したままにし、電気ショックを行った回数救急隊に伝える。

現場の声

実際に救急の現場で働く、茨城町消防本部の大内さんに話を聞きました。

■早い行動がカギに

人は心臓が止まると、15秒程度で意識を失い、3~4分間そのままの状態



茨城町消防本部警防課 救急救命士 大内 涼太

が続くと回復することが困難になります。少しでも早く救命処置を行うことでの「戦い」なのです。

町で救急車が現場に到着するまでの平均時間は約8分。現場に居合わせた人が、胸骨圧迫や人工呼吸を1分1秒でも早く行えるかで生死を分けることがあります。

■「救命のリレー」

スタートはあなたから

もし、救急の場面に直面した際には、慌てず落ち着いて、119番に通報してください。現場の情報は小さなことでも現場に向かう救急隊員の到着後の

AEDとは？

AED(自動体外式除細動器)は、心臓の筋肉がけいれんして血液を流すポンプ機能を失った状態のときに電気ショックを与え、心臓のふるえを取り除く医療機器です。自動で心電図を調べ、電気ショックが必要なかを音声メッセージで指示してくれるため、一般の方でも簡単に確実に操作できます。



救急隊による処置や医師による治療が実施される前に、側に居合わせた人が心肺蘇生法を行い、AEDを使用することで、救命率が高くなるといわれています。

確認しよう！ AEDの設置場所

自分の住んでいる地域や普段よく行く場所のどこにAEDがあるのかを確認しておきましょう。

AEDは町の公共施設などにも設置しています。

町内公共施設配備AED

茨城町役場
茨城町駒場庁舎
茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」
酒沼自然公園
茨城町運動公園
いばらき聖苑
明光中学校
青葉中学校
青葉小学校
長岡小学校
葵小学校
大戸小学校
大戸幼稚園
長岡幼稚園
沼前幼稚園
高齢者生活相談所(桜の郷県営アパート)
桜の郷コミュニティセンター
茨城町消防本部

※詳細は4ページに掲載しています。