

10月

あおぞら(特別号)

2年生 救急法講習実施報告

命の大切さを学び、応急手当を適切に行うことによって、傷病の悪化を防止することができることを学ぶために、10月21日(金)に2年生対象に埼玉県南西部消防局職員(志木消防署 救急隊)指導員による救急法講習を実施しました。

< 救急救命の必要性 >

救急車到着までかかる時間 全国平均 8.9分(8分54秒)

呼吸と心臓が停止すると救急車到着まで何もなかった場合、命が助かる可能性は10%以下



心肺停止者の致命率を上げるには現場に居合わせた人の**なるべく早い救命処置**が必要不可欠!

< 救急救命の実技 >

倒れている人を見かけたら

※自分の身を守ることを第一に考え、周囲の状況を確認し、**安全と確認できてから**救助に向かう。

観察

- ① 呼びかける → 反応なし(意識なし)
- ② 大きな声で周囲の人に知らせる(なるべく人を集める→致命率が上がる)
救急車とAEDの要請(途中、胸骨圧迫の交代も依頼する)

呼吸の確認

胸・お腹の動きで確認(6秒)

→ 普段通りの呼吸なし → 心臓が止まっている → 心肺蘇生法開始!

心肺蘇生法(胸骨圧迫・人工呼吸)

胸骨圧迫

胸骨の下半分(胸の真ん中)に両手の手根部をあて、深さ5cmを100~120回/1分間押す



強く、早く、絶え間なく、しっかり戻す

人工呼吸

新型コロナウイルス感染予防の観点から**抵抗がある場合は実施しない**。胸骨圧迫を続ける。

胸骨圧迫30回 + 人工呼吸2回 → 5サイクルを目安に交代する。



胸骨圧迫の中断時間を無くすようにして救急隊到着まで継続する

AEDの特性と使い方

- ① けいれんしている心臓に電気ショックを与え、けいれんを止める機械
- ② 使用年齢に制限はない ③誰でも操作できる ④AEDの保管場所を把握しておく
- ⑤**胸骨圧迫の中断は最小限**とする(主役は胸骨圧迫→救命の可能性に影響する)

その他の応急処置

- ① 体位管理（回復体位） ← 意識はないが十分な呼吸をしている場合に用いる方法
- ② 異物除去（窒息時の対応） ← 本人に**咳き込み**させるのが一番有効
背部叩打法（手根部で背中を強く叩く）
胸部・腹部突き上げ法
- ③ 止血法
直接圧迫止血法 関節圧迫止血法 止血点法
※血液感染の病気がある為、**人の血液には絶対に触らない**。（ビニール袋など使って対応）

<まとめ>

誰でも救命処置を行う場面に居合わせる可能性があります。決して上手に行う必要はありません。助けを呼んで、他の人に補ってもらって自分ができる範囲で行動してください。大切なのは**勇気を出して自ら行動する気持ちを持つこと**です。



<生徒の感想>

- 救急法は知識として頭に入れておくだけではなく、このような講習で実習を重ね、身に付けておくのが大切だと実感しました。胸骨圧迫を実際にやってみて、思っていたよりもすごく大変だったので他の人の協力を得て交代しながら実施することが納得できました。今後、人が倒れている場面に直面した時に教えていただいたことを思い出してできるだけ冷静に対応していこうと思います。
- 胸骨圧迫は強い力でしっかり押して戻すことが大切だとわかりました。AEDの保管場所もわかったので、すぐに取りに行けるようにしたいです。また、止血などのその他の応急処置の方法も知れたので良かったです。まずは人を集め、落ち着いて119番通報、AED準備を頼もうかと思っています。講習を受けて、救急車が来る前に自分ができることを学びました。
- 倒れている人が居たら、まず自分の安全を確保して身を守ってから自分ができることをしっかりと行い、積極的に助けたいと思いました。一人で助けようとせずに周りの大人に助けを求めることも頭に入れておきます。
- 胸骨圧迫・AEDの使用が自分でも簡単にできることがわかりました。一つ一つの行動が遅かったら命が助からない確率が高くなってしまいますので一つ一つの行動を早くして人の命をより早く助けていきたいと思っています。