

+ 研修委員会救命講習会受講報告

日時：平成25年8月7日(水) 22名(受講報告Ⅰ)

平成25年9月4日(水) 27名(受講報告Ⅱ)

場所：昭和消防署4F 応急手当研修センター

+ 受講報告Ⅰ

富士開発(株) 生産事業本部 係長 渡辺 英右

“救命”，“心肺停止状態”，“心肺蘇生”，“AED”，これらの言葉は各マスメディアを通してよく見聞きします。今年の3月の東京マラソンでも、参加していた市民ランナーが突然倒れて“心肺停止状態”になったのを、同じくマラソンに参加し近くを走っていた市民ランナー数人が“心肺蘇生”を行い，“AED”を使って命を救ったというニュースを見た覚えがありました。しかし、私にとっての救命行為に対する知識とは、その程度のものであり、言われれば何となくは判るというものでした。

今回受講した、「普通救命講習Ⅰ」という講習の概要は大まかに、

①応急手当での必要性

②心肺蘇生法の流れ

③心肺蘇生法(成人) (胸骨圧迫・気道確保・人工呼吸)

④AEDの使い方

⑤気道異物の除去

⑥大出血時の止血法

となっていて、①②はパワーポイントと動画を使った講習方式の説明、③④については、実演及び実技講習であり、⑤⑥については冊子の説明でした。

メインとなるのは、やはり「心肺蘇生法」と「AEDの使い方」でありこの③④に多くの時間が使われていました。

受講してみて、まず感じた事は私自身がいかに間違った知識やイメージを持っていたかという事です。



写真-1 救命講習会受講状況

受講前は心肺蘇生法(胸骨圧迫・気道確保・人孔呼吸)→AED使用が順番でありその通りに行わなければならないと漠然的に思い込んでいました。でも、実際は「AEDが最も優先する」という事で、もしAEDがその場に有った場合はまずAEDを使用するという事を教わりました。また、「心肺蘇生法」に関して漠然としたイメージの何となくのやり方しか知らなかったので、今回実技指導の中で正しい圧迫位置・圧迫強さ・圧迫する速度等自分自身でやってみる事が出来たのは大変有意義であったと思います。

AEDの使用方法については、事前に抱いていたイメージよりはるかに簡単であり、AED自体が流す使用方法のガイドランスに従い操作するだけで使うことが出来ました。また、AED自体が心電図を採り、使用の可・不可を判断することを初めて知り、少し驚きました。

講習ではAEDがガイドランスでは言わない細かな事項、特にパットを張る際に留意しなくてはならない事柄を丁寧に実演を交えながら教えてもらい、万が一AEDを使う事になった場合に間違った使い方をしなくて済みそうだと感じました。

今回の講習はこの手の講習にありがちな、何人かの代表者だけが実技を行い他の受講者はそれを取り囲んで見ていられるだけ、という様なスタイルでは無く順番に全ての受講者が実技指導を受けられる様になっており、仮想したシチュエーションを受講者毎に少しずつ変えて、そのシチュエーションに則した実技を行わせるところがより実践的で良いと思いました。

受講を終えての率直な感想としては、とても内容が濃く、ためになる講習であり大変有意義な機会を与えてもらったと思います。今回受講した内容を出来るだけ忘れないように心掛けたいですが、“心肺蘇生”や“AED”を使う場面としては、誰かの不幸に遭遇した時なので、出来れば使う事が無いほうが良いとは思っています。

万が一その様な不幸に遭遇した場合に少しでもその不幸が軽くて済む様な、御手伝いができれば今回私が受講した事の意義となると考えます。

+ 受講報告 II

(株)日さく 堀井 新

はじめに

平成25年9月4日に、中部地質調査業協会主催による救命救急講習会が実施され、私を含めて30名程が参加しました。この報告では、本講習を通じて学んだこと、感じたことを記述します。

本講習は応急処置に関する知識を習得するためのものであり、その中の普通救命講習I(普I)と呼ばれる講習でした。このような救命講習として他に、普通救命講習II(普II)・普通救命講習III(普III)・上級救命講習(上級)があります。

今回受講した普Iの内容は、成人に対する応急処置であり、一般市民が受講対象となっていました。なお、普IIは内容こそ普Iと同じですが、医療に携わる人を対象としていて、講習時間が普Iより長く、修了試験も課されるようです。また、普IIIでは受講時間は普Iと同じですが、小児・乳児・新生児に対する応急処置の内容となっているそうです。こちらは、学校等の児童が多い環境向けと言えます。そして上級は、普Iおよび普IIIの内容に加えて、外傷手当等が加わるそうです。文字通り、上級者に向けた講習のようです。

本講習の内容としては、胸骨圧迫および口対口人工呼吸による心肺蘇生法およびAED(自動体外式除細動器)の使用法に関するものでした。ビデオ講習を受けながら、

応急処置をいくつかのステップに分けて、講習用人形を相手に全員が実演していきました。

講習を受けて

本講習を終えた後は、非常に充実感に満ちたものでした。正直なところ、受講前は終わった後にこんなに気持ち満ちたされるとは、予想もしていませんでした。なぜなら、心肺蘇生法などは、今までにも何度も習ってきたからです。読者のほとんどの方も習ったことがあるのではないのでしょうか。おそらく運転免許を取得するときに習ったという人が、一番多いでしょう。私の場合は、他に第二種酸素欠乏危険作業主任者講習等で、カリキュラムに組み込まれていました。他の講習でも応急処置がカリキュラムに組み込まれているものはあると思います。

本講習がこれまでのものと違ったのは、実際の現場を想定している箇所がたくさんあったということです。たとえば、口対口人工呼吸の感染防護具が無かった場合、人工呼吸を省略して、胸骨圧迫に進むことも可能ということであったり、他の人に指示を出す時に、どこそこにあるAEDを持って来て下さい、と具体的に指示を出すことにより、指示を受けたものが混乱を起こさないように配慮する、といったことであつたりと様々でした。他にも例を挙げれば、いくつでも

出てきますが、中でも私が個人的に深く記憶に残ったことを二つほど記そうと思います。

一つ目は要救助者が女性だった場合の対処方法です。外傷確認やAED使用時に、衣服を脱がす必要が出てきます。それは女性を対象にした時でも同様で、命に係わる事なので、当然省略のできない行為です。とはいえ、衆目にさらすのは非常にためらわれる行為でもあります。とくに、現代では携帯電話等による写真撮影からインターネット上にアップロードする行為が非常に気軽に行われていることも、手を出すことを躊躇させる要因となっているかもしれません。指導員はそのような場合は、応急処置を行っていない者たちで囲んで、人の壁を作ってあげてくださいと言われてきました。もちろん、他に隠せるような物があればそれで代用して問題ないでしょう。私が感じたのは、応急処置を行っていない者でもできることはいくらかもあるという事実です。壁になるだけでなく、心肺蘇生を行っている者と交代してあげることだってできるでしょう。そこに大勢の者がいればいるほど、自分一人の力など、微々たるものと思いきや、考えを改められました。

二つ目は、AEDを使用する時の、要救助者の状態確認です。AEDは心臓を挟んで、二つの電極パッドを肩と脇腹あたりにつけ、心電図の解析と電気ショックを行う機械です。電気を体に流すため、要救助者の状態の確認は重要になります。例えば、汗や水で体がぬれていた場合は、ふき

取ってから、AEDの電極パッドを取り付けます。また貼り薬は剥がして、薬を拭き取る必要もあります。講習では、こういった状態を想定した場合の実技もありました。AEDの存在は知っていても、自信を持って使用できると答えられる方がどれだけいるのでしょうか。実際の現場では、軽いパニックとなることも考えられます。その時、要救助者がずぶ濡れであったり、ペースメーカーをつけていたりしたら、さらに混乱することは十分考えられます。今回のような講習を受けておくことで、そのような時でも冷静に対処できるようになると思います。

終わりに

今回の講習は実際の現場に即したものであり、非常に有意義な体験となりました。いつ、いかなる時に、助けがいる事態が発生するかなどわかりません。私にも、そういう現場に出くわす日が、来るかもしれません。それはほかの誰にでも言えることです。そのような時に、今回のような講習を受けていれば、冷静に対処できるはずで

す。たくさんの人に今回のような講習を受けてほしいと思いました。それが、より多くの人々が助かる可能性につながると信じます。

最後に、御多忙な中、今回の講習を開催して頂いた関係者の方々に御礼申し上げます。



写真-2 救命講習会受講状況