

JOMF 派遣医師便り (2014. 7)

◆ジャカルタ◆

AED 講習会 (ジュニアサッカー一部)

JJC 医療相談室

原 稔

ジュニアサッカー一部の指導者・保護者を対象に AED 講習会を開きました。AED のシミュレーターと人形を用いて、実際に人が倒れた時を想定したものです。今回は、スンツールにある、JJC の所有グラウンドで行いました。

以下は、その概要です。

- ①グラウンドでコーチの 1 人が倒れた・・・呼びかけに反応しない
- ②人を呼び、AED (グラウンド横のレストランにある) を取りに走らせる。同時に、車の手配および医療機関への連絡を依頼する。
- ③呼吸を確認・・・呼吸をしていない
- ④心臓マッサージ (+人工呼吸) を開始
- ⑤AED が到着したならば、そのアナウンスに従う。

倒れた後、最初の数分が勝負です。

心筋梗塞を起こした心臓は、致死性の危険な不整脈 (心室細動) を高率に合併します。心臓が痙攣し、ポンプとしての機能を失うのです。そして、脳への血流が途絶え、繊細な脳細胞は、数分間の虚血で死んでしまいます。

この危機的状況から命を救うのが、その場に居合わせた人による心肺蘇生処置です。痙攣した心臓の代わりに、心臓マッサージを行って脳に血液を送り、AED が準備でき次第、電気ショックで心臓の痙攣を止めるのです (子供の心臓震盪の場合も考え方は同じです。心臓震盪は、ボール等が心臓の正面に当たった時に起こることがあります。このときも心臓が痙攣します)。

このような場面には、めったに遭遇するものではありません。蘇生処置の手順が少々違っていても問題なし。まずは、恐れずに行動することです。何もしなければ、死んでしまいます。心臓マッサージの基本を知り、AED の存在を知っていれば、助かる可能性が上がります。

幸い、このグラウンドには AED があります。更に、直ぐ近くに救急救命室を備えた総合病院がオープンし、搬送し易くなりました。

スンツールのグラウンドに限らず、それぞれの生活環境で、心肺蘇生のイメージトレーニングをしてみても如何でしょうか？