

JOMF 派遣医師便り (2015. 10)

◆マニラ◆

一次救命処置(心肺蘇生)セミナー(第29回)を開きました

マニラ日本人会診療所

菊地 宏久

2015年9月5日に第29回一次救命処置セミナーを開催しました。マネキン人形を使い心肺蘇生術とAED使用法などについて学びました。2012年4月に第一回セミナーを開催して以来300名余りの方々が参加し、多くのことを学んでくださいました。まだ参加していない皆さんもこれから一緒に学んでいきましょう。

当初は日本大使館医務官の小杉隆史先生、2013年9月からは同医務官の横山章先生と共にセミナーを行っています。

参加した方々は、心肺停止とはどのような状態か、患者に何が起きているのか？心肺蘇生法とはどのようなことをするのか？心肺蘇生をいつ開始すべきか？いつ終了すべきか？意識が戻ったらどうするのか？などを学びました。

具体的には、心肺停止の確認方法は？胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行う体の場所は？速さは？深さは(強さ)？

人工呼吸を行うタイミングは？何回呼吸を吹き込むのか？1回に吹き込む時間は？

AEDは何をする機器か？体のどの部位に装着するのか？いつ電気ショックをONにするのか？ONにすると何が起こるのか？

参加した方々はこれらのことを学びました。

家族や友人が急変をした時あなたには何ができますか？

プールで溺れた時、赤ちゃんの反応がないとき、ゴルフ場で突然倒れた時、事故や外傷で意識がなくなったとき、胸が苦しいと訴えたまま意識がなくなったとき、頭が割れるように痛いと言って反応がなくなったとき・・・あなたは大切な家族・友人・そして人々に何ができますか？

日本では8分前後で救急車が現場に駆け付けてくれますが、はじめの3分間に何を行うかが極めて大切です。あなたがその方々の運命を担っています。

緊急時には、皆さんが“行わなければならないこと”をしなければなりません。是非一緒に学んでいきましょう。

セミナー開催の予定日時は「診療所の待合室掲示板」、「フィリピカ」や「マニラ新聞の“まちかど情報”」などをご覧ください。

これからもセミナーを継続していきたいと思っています。ぜひご参加ください。

皆様お体を大切にしてください。