

# 救急医療週間

救急の仕事や救急医療体制を皆さんに正しく理解してもらうため、9月9日を「救急の日」、この日を含む一週間(9月3日～9日)を「救急医療週間」とし、全国的に普及啓発運動が実施されます。



## 救命効果を高める 「救命の連鎖」

今回は、救命の連鎖のなかの、心停止の予防について紹介します。

傷病者の命を救い、社会復帰に導くために必要となる一連の行いを「救命の連鎖」といいます。この4つの輪が途切れることなく素早くつながることで救命効果が高まります。しかし、何よりも突然死を未然に防ぐことが一番効果的です。

## 病気による 心停止について

成人の突然死の主な原因に、急性心筋梗塞や脳卒中があります。初期症状に気づき、少しでも早く病院に行って治療を始めることが重要であり、次のような症状が急に起こったら、119番通報をしてください。

## 急性心筋梗塞

急性心筋梗塞は、心臓の筋肉に血液を送る血管が詰まることによつて生じます。急性心筋梗塞になると、大事な心臓の筋肉が死んでしまい、心臓の動きが弱まったり、心臓が突然止まってしまう不整脈を起したりします。

急性心筋梗塞の症状として、胸の真ん中に突然胸を締め付ける持続する痛みが特徴的で、他にも重苦しさ、圧迫感、冷や汗、吐き気などがあります。症状の強さにも個人差があり、お年寄りや糖尿病の人では症状が軽く、わかりにくいことも少なくありません。



心停止の予防

早期認識と通報

一次救命処置  
(心肺蘇生とAED)

二次救命処置と  
心拍再開後の集中治療

▶救命の連鎖(イラストは総務省消防庁ホームページから転載)

# 脳卒中

脳卒中は、脳の血管が詰まったり、破れて出血したりすることによって生じます。脳の血管が詰まると、脳に血液が行かなくなるので、そのままだと「脳梗塞」と言われる状態になります。

脳梗塞になると脳の神経細胞が死んでしまい、脳梗塞の部位によっては、体の片側に力が入らなくなったり、しびれを感じたり、言葉がうまくしゃべれなくなったりします。最悪の場合は、意識が戻らなくなり呼吸が止まって亡くなってしまいます。

また、脳の小さな血管が破れると、脳の内部に血の塊ができて周りの脳を圧迫するため、その部分の神経細胞が死んだり、時には圧迫が脳全体に及んで危険な状態になります。これを「脳出血」と呼び、脳梗塞と同じような症状が出現します。

さらに、脳の血管が破れて脳の表面に出血すると「クモ膜下出血」という病気になる、生まれて初めて経験するような非常に強い頭痛に襲われます。重症のクモ膜下出血では、意識を失い、しばらくして意識が戻ってから頭痛を訴えることもありま

## 環境が影響する 心停止について

日常生活の中で、特に心停止が起こりやすい状況があります。そのような状況を理解し、適切な対策をとることで心停止を防ぐことができます。

## 窒息

窒息による死亡は年々増加しており、お年寄りや乳幼児に多くみられます。一番多いのは食事時の窒息です。窒息をきたしやすい食べ物を制限したり、食べさせるときは細かく切るなどの配慮をしてください。

お年寄りでは、特に餅、団子、刺身などに注意が必要です。小さな子どもでは、上記のほかピーナッツ、ブドウ、ミニトマトなども注意が必要です。また、手の届くところに口に入る小さな物を置かない事、歩いたり寝転がったりしながら物を食べさせない事なども大切です。



## 熱中症

熱中症とは、体温が異常に高くなった状態で、高温多湿な6月から9月が発症するピークです。軽症であれば立ちくらみや、こむら返りなどの症状ですが、ひどくなると頭痛や嘔吐、さらにはけいれんや意識障害などの症状が出て、時に死に至ることもあります。炎天下や風通しの悪い屋内などで作業を行う場合は、水分と塩分をこまめに摂ることが大切です。

近年は、屋内での日常生活だけで発生する熱中症が、特にお年寄りが増えていきます。エアコンの使用や窓を開け風通しを良くするなどして、体調管理を行うってください。

## アナフィラキシー

ある特定の物質が体内に入ると、体が極端に反応して、じんましんや鼻水、呼吸困難、血圧低下などの症状が出ることを、アナフィラキシーと呼びます。「ある特定の物質」には、ピーナッツや小麦、そばなどの食べ物のほか、ハチの毒などがあり、体の中に2度目以降に入った時に症状が出やすいのが特徴的です。原因となる特定物質が、思わぬ形で食べ物に含まれていることもあるので、十分な注意が必要です。

なお、アナフィラキシーのある人の中には、緊急の治療薬であるアドレナリン自己注射器(エピペン)を持っている人が

◀ (写真右) 携帯用ケースに入ったエピペン。  
◀ (写真左) エピペンの先端を太もも前外側に強く押しつけると、バネの力で注射される仕組み。

※写真は総務省消防庁ホームページから転載



います。このような人が自力で自己注射器を使うことが出来ない場合には、その場に居合わせた人が手助けをしてあげることが必要です。

# お風呂での心停止

家庭において、これから寒くなる冬期に心停止が起きやすい場所です。居間と脱衣所や浴室の寒暖差が大きいと、血圧の変動により、先に述べた脳卒中や、心筋梗塞を起しやすいくなります。

また熱い湯船に長くつかると、血圧低下や体の水分が失われ、さらにリスクが高まります。病気自体は軽くても、湯船の中で意識を無くしてしまつと、お湯に沈んで溺れてしまい、やりに発見の時間までが遅くなつてしまつと、重症化してしまつてです。

こつならないためにも、脱衣所や浴室を暖かくしておく、熱いお湯に長時間つからない、飲酒後に入浴しない、入浴前に水分を摂るなどの予防策をとつて下さい。

このような様々なケースにより、心臓や呼吸が止まってしまう前に119通報をして救急車を呼ぶことができれば、助かる可能性が大きくなります。

問合せ 消防本部救急G

☎23-0119



## 地域の救急医療

### 地域の救急医療を守るために市民が心掛けること

#### かかりつけ医を持ちましょう

体調が悪いとき、まずは、かかりつけ医に相談し、適切な医療機関を受診するようにしましょう。

症状によっては、専門医や総合病院を紹介してもらえます。

#### 診療時間内に受診しましょう

より充実した診療を受けるには、診療体制の整った診療時間内に受診しましょう。



### 状況に応じた救急医療体制

休日や夜間の救急医療体制を、病気やケガの症状や緊急度に応じて整備しています。

#### 軽症患者・・・第1次救急医療

##### ①平日夜間診療（海部地区急病診療所）

平日夜間の内科・小児科は、海部地区急病診療所で、診療を行っています。

##### ②休日在宅当番医

土・日曜日、祝日の外科は、津島・海部両医師会の開業医が当番制で、診療を行っています。

##### ③休日急病診療所（津島地区休日急病診療所）

日曜日、祝日の内科・小児科は、津島地区休日急病診療所で、診療を行っています。

診察の結果、入院や手術などの治療が必要な場合は速やかに第2次救急医療機関へ転送されます。

#### 重症患者・・・第2次救急医療

第1次救急医療で対応できない、入院や手術を必要とする救急患者を診療するものです。

#### 重篤患者・・・第3次救急医療

特に生命に危険を及ぼすような重篤救急患者を診療するものです。

### 問合せ

- ・保健センター ☎23-1551
- ・愛知県救急医療情報センター ☎26-1133
- ・<http://www.qq.pref.aichi.jp>
- ・消防本部 ☎23-0119
- ・海部地区急病診療所 ☎25-5210
- ・津島地区休日急病診療所 ☎24-3611

