

教育コミュニティづくりに係るコーディネーター研修

大阪府が年数回開催する「教育コミュニティづくりに係るコーディネーター研修」は、はぐくみネットに関連する内容で、大阪府内各地域の取組みを知り、交流を進めることができます。大阪市でははぐくみネットコーディネーター研修として位置づけています。

日程：令和3年7月19日（月）14：00～16：30

会場：大阪市立天王寺区民センター 1階ホール

内容：講演／「持ち続けよう！命を救う知識と意識」

ーコロナ禍においての、感染対策と応急処置

～感染対策心肺蘇生法および疾患・アレルギーへの対応～ ー

明治国際医療大学保健医療学部救急救命学科 教授 上久保 敦

※ 例年行われるブース展示等は中止されました。

【講演】

講師の上久保教授は、全国救急救命士教育施設協議会理事や平成23年の大阪マラソン組織委員会理事救護委員等、多数の救急救命に係る役職を歴任されています。講演では、学校支援活動に関わる人が活動時に遭遇するかもしれない救急救命の場面で必要とされる知識や意識について話されました。



○コロナ禍を意識したAEDの使用について

コロナ禍においては、これまでの救急救命の行動とともに、感染を意識した対応をする。厚生労働省は、倒れている人の鼻や口にタオルやハンカチ・マスクを掛けてから胸骨圧迫等をする、としている。胸骨圧迫やAEDの使い方はコロナ禍でも変わらない。心肺等の停止が疑われる人に対して胸を押す＝肺を圧迫すると、肺にたまっている空気（エアロゾル）が鼻・口から出る。これは飛沫よりさらに小さく、助けている人が吸い込んでしまうリスクがあって感染が懸念されるので、救助者もこうした対応で最低限のリスクと感染を防いでほしい。

○AED使用時の服を脱がせることについて

脱がせる作業は大変で、脱がせるよりも処置・胸骨圧迫を優先する。AEDのパッドを貼る際には服を「ずらす」、AEDは服の上からではなく必ず素肌に貼る。

○様々な相手や場面でのAED対応体験 「迷わず使うという意識」



体格の小さな幼児の場合、1枚ずつ胸と背中に貼ることで大人と同じように使える。最近は子ども用と成人用に電流の切り替えができるAEDもある。AED使用の年齢基準は、一応6歳（小学生）以上は成人用としている。使用後に年齢が分かっても、成人用で対応したことは間違いではなく、何もしないことに問題がある。

○熱中症対策と対応について

夏休みなどは熱中症のリスクは高まるが、温度等の数字だけではなくヒトの体から発せられるメッセージを見て判断する。環境省は指標として暑さ指数 31 で「原則運動中止」としているが、大阪府では「原則」を外して「運動中止」としている。ただ、指数が低くても熱中症になる人はいるので、体の様子をよく見ること。発症者にケアが集中しがちであるが、同じ活動をしていた他の人にも体調の変化がないか確認する必要がある。

- ・氷嚢・・・氷と水を入れて袋の口を閉じる前に袋の中の空気を抜く、吸いだすこと。空気があると氷が動いてしまい、患部に当てた時にも固定しづらい。

- ・大人の痙攣（けいれん）・・・場合によっては徘徊することもあり、抑制せず同行して安全なら本人のしたいことをさせる。

- ・子どもの痙攣・・・周囲に置いてある物を遠ざけ、手足のバタバタが落ち着いたら目を見る。目の焦点があってないときは、まだ痙攣の最中で、本人の意識は戻っていない。呼びかけて反応があれば意識が戻っている。いびきをかいて寝てしまうのが、小さな子の特徴。

- ・痙攣で共通する対応・・・大人でも子どもでも、ゆすったり押さえついたり、大声を出したりしない。痙攣状態の時間が重要なので、いつ頃から始まりいつ頃収まったのかを見ておく。救急車が来た時に質問される。

○マスクと熱中症の関係について

熱中症は、皮膚表面ではなく体の深部に熱がこもることによって起こる。マスクをつけた人とつけない人が、同じ炎天下で1時間運動した場合の深部体温は同じで、マスクをしてもしてなくても熱中症にはなる。マスクが、熱中症の直結した原因ではないことが分かってきた。マスクによって口中がより高温多湿になって、のどの渇きに対する脳の反応が鈍くなる。軽い運動でも汗をかいて水分を失うと熱中症になることがある。

○水分補給について

経口補水液はナトリウムやカリウムなどの量がスポーツドリンクより多く、カリウムはナトリウムの吸収を促進する働きをする。経口補水液を飲むタイミングは、運動した後に軽い頭痛、体がだるい、などの症状が出た時。予防策として早めに飲んでも体が代謝して吸収・排泄してしまう。体の変調を感じて早く水分やナトリウムの補給をしたい時には、早く小腸で吸収されるように、胃で消化する糖分の少ない飲み物が良い。いわゆるスポーツドリンクは糖分が多くてカロリーが高い。カフェインの入っているエナジードリンクは、カフェインが水分の排泄を促すので運動の前後に飲むには適さない。

○その他の対応について

- ・アナフィラキシーショック・・・飲食後 10 数分から 1 時間以内に症状がでたらアレルギーを疑う。エピペンを持っていたら本人が打つのをサポートする。迷ったとき、打つことによるリスクは低い、打たないと短時間で死に至ることもある。

講演全体を通して、上久保教授が繰り返し強調されたのは、助けようという意識の大切さで、「間違いを恐れずに行動する、間違いを恐れてやらないことが問題」ということでした。学校支援活動に

関わる参加者が、活動中に体験するかもしれない事故や怪我に遭遇した場合、どのように救急救命活動ができるのか、イメージしやすい具体例を多く示されて、大変参考になりました。