

スポーツ救急における119の利用

スポーツのさまざまな場面で119番への通報が必要なが起こる可能性があります。
もちろん、何もないことが一番ですが、もしもに備えて準備をすることは非常に重要です。
そこで、どんな場合に119番へ通報すべきか、適切な119番への通報の仕方、
119番へ電話するための準備、緊急事態が起きたときへの備えなどについて、
救急救命士で保健医療学部准教授の鈴木健介先生にお聞きしました。



【プロフィール】
ナビゲーター
鈴木 健介(すずき けんすけ)

保健医療学部 救急医療学科 准教授

1984年、東京都生まれ。日本医科大学博士課程修了。救急救命士・博士(医学)。2015年に日本体育大学保健医療学部助教、2018年に准教授に就任し、現在に至る。現在も日本医科大学多摩永山病院 救命救急センターで救急救命士として命をつなぐ現場に従事する。

鈴木先生からのメッセージ

身近で緊急事態が起きたとき、119番に通報するでしょう。そのようなとき、本当に119番に電話してもよいのか、あるいは何を伝えればよいのか迷うと思います。確実に緊急を要する危険な状況の場合は迷わず119番ですが、それほど緊急でないときなどは#7119番への電話やスマートフォンアプリ「Q助」などがあり、どうすべきかの相談ができます。こういう相談できる電話や、もし緊急事態が起きたときどうすればよいかを知っておくと、その後の処置やけがや病気の状態が変わってきます。同時にスポーツにいっそう集中することができるでしょう。119番を適切に利用できることは、スポーツをする上で、スポーツのスキル同様に身につける技術だと考えています。

どんなときに救急車を呼ぶか

事故やけがをした人に遭遇した場合、救急車を呼ぶことがあると思います。その際、どんな状況なら119番に電話しますか。もし、対象者の意識がいならずぐに119番をすべきです。また、大量の出血を伴うケガなども同様です。

しかし、119番に電話をするのをためらう人もいます。そんな場合は#7119に電話をする、電話だけがや病状などからすぐに救急車を呼ぶべきか、それほど緊急性がないので自分たちで病院に行くほうがよいかなどの相談ができます。もし、#7119で相談して救急車が必要と判断された場合は、電話に出た担当者が救急への連絡をしてくれ

ますので、あらためて119番に電話をする必要はありません。

ただし、#7119は東京や横浜など、一部の自治体しか実施されていません。#7119に連絡ができない場合は、それに代わる全国版救急受診アプリ「Q助」があります。これをあらかじめインストールしておくといでしょう。「Q助」は緊急を要する可能性のある病気やけがに遭遇したとき、該当する画面を選択していくと、「いますぐ救急車を呼びましょう」や「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」などのメッセージが出ます。それに従うことで適切に行動することができます。

また、対象者がおおむね15歳までの場合は、#8000の「こども医療でんわ相談」があります。子どもたちとトレーニングやイベントなどを行なう機会が多い場合は、こちらも覚えておくといでしょう。

総務省消防庁には、救急車が本当に必要なときはどんな場合かを紹介している「救急車を上手に使いましょう」というリーフレットがホームページで公開されています。こちらは日本語の他、英語、中国語、韓国語版もあります。一度目を通しておくのもよいでしょう。



東京消防庁「救急相談センター」リーフレットより



総務省消防庁「全国版救急受診アプリQ助」広報用チラシより

救急車が到着する前にすべきこと

実際に救急車を呼ぶ前にいくつかの準備が必要で、その準備があるかないかで、その後の処置に大きな差が生まれますので、準備は非常に重要です。

まず、119番をしたときに必ず聞かれることの準備をしておくことです。発生場所(住所)、傷病者が意識があるか、呼吸をしているか、性別や年齢、通報者の名前と電話番号は必ず聞かれます。さらに、傷病者の発生した時刻やどういった状況でけがをしたか、病状になったりしたのか、現在または以前かかっている病状やケガ、アレルギーの有無、薬は飲んでいるか(お薬手帳の有無)、ご家族の連絡先や連絡はしているかなどは、救急隊にとって非常に重要な情報です。

スマートフォンの場合、119番に通報すると電話を受けた消防庁などが位置情報を取得するので、位置情報をオンにしておく、すぐに自分の位置を正しく救急に伝えることができます。

患者が小さな子どもの場合は薬の量を決めるときに重要な、身長、体重も大切です。これらのことは救急隊が必ず聞くことですので、あらかじめ覚えておきましょう。

ここで重要なのが、これらのことを記録に残すことです。先に紹介した発生した時刻から、何時何分に何をしたらか、どんな状況かなど時系列で紙に記録し

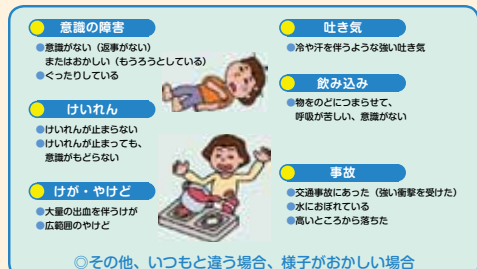
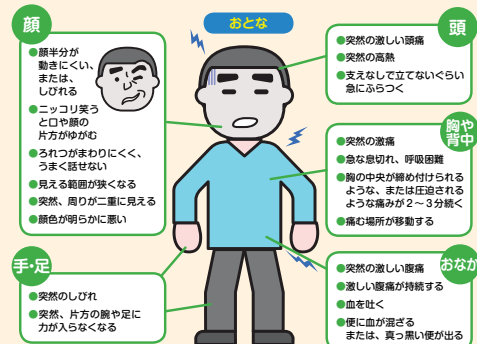
ておきます。緊急事態が起き、自分が発見して対応する場合、周囲の人に手伝ってもらい、今から自分が話す通りに記録をしてくださいと依頼することができればよいでしょう。その記録を救急隊に渡すことができれば非常に良い対応です。学校で保護者の説明に使用するなど、記録を保管する必要がある場合は、記録をコピーやスマートフォンで撮影してから渡すといでしょう。記録によって、混乱した状況であっても確実かつ迅速に情報を伝えることができ、その情報をもとに病院連絡をすることができます。

救急車を呼んだら、どこまで救急車が入れるか、ビルなどの場合は何階なのか、学校などの場合、北門なのか、南門なのか、具体的に伝えましょう。分かりやすいところで待機し誘導すると効率的です。

心肺停止の状態ではAEDを使う場合もあるかもしれませんが、AEDを使った場合、心臓が動き出したとしても胸に貼ったパッドは外さずそのままにしておいてください。AEDは心電図を記録し続けていますので、このデータがその後の治療に必要なことになる場合があります。



重大な病気やけがの可能性あります!



学生メディカルラー

column



救急医療学科では訓練に日々励んでいます

救急ではないが 受診が必要なとき、どうする

急を要する疑いのある事故やけがで#7119

に電話したが、救急車を呼ぶまでのことではなく、自分たちで病院に行く場合もあると思います。

#7119は病気やけがの状況からいくつか病院を紹介してくれます。それをメモしておきます。その後、直接病院に行くのではなく、これから行くとする

病院に電話し、受診してくれるかの確認を取ることが大切です。その病院が多くの救急患者を受け入れていて、対応できない可能性もあるからです。メモし

ておいた病院にいくつも断られることもあるかもしれません。その場合は、もう一度#7119に電話を

して状況を話し相談してみるのがよいでしょう。

#7119は移動のとき、対象者をどういう体勢で連れて行くかなどのアドバイスもしてくれます。ま

ずは対象者が楽な姿勢にすることが大事です。

とにかく緊急を要する事態ではないのですが、起こることを想定し準備をしておくべきです。どこにどんな医

療機関があるかの情報共有は最低限必要なことです。

準備という点では、もしもに備えて何をどうすべきかのマニュアルを作っておくことで

す。そのマニュアルに基づき、

訓練をしておくことも重要です。その際、実際の現

場を再現するようなシミュレーションをしておくこと

です。マニュアルは基本的な流れやポイントなどを記

すだけでなく、いつも高所で活動している、水が近く

にあるなど、その部やサークル、組織によって特有の

事柄もあると思われるので、それに対応したことも書

き込めるようにしておくとういでしょう。

ただ、マニュアル通りにいかないこともあるかもしれ

ません。また、自分が思うようにいかないこともあるあ

るでしょう。訓練の後、何を改善すべきか、今後どう

すべきかなどを再考し、みんなでその情報と経験を

共有することも忘れてはいけません。何か起きた

場合、ゼロから考えるのではなく、自然にすぐに対応できるようにするのが理想的です。

このマニュアルや情報、経験などは一部の人の限ら

ず、部員やメンバーすべての人が共有しておくべきで

す。一部の人のみに限られていると、その人たちがいない

と緊急に対応できないことになってしまいます。多く

の人を緊急事態から救うためにも、緊急対応はみんなの常識のようになっていでしょう。

一人ひとりがどんなときに救急車を呼ぶべきかを

学校教職員を対象とした講習会を行っています。
様々な教材も公開しています。ぜひご活用ください。
<http://emergencyfirstaidinschool.com/>



経験とスキルが向上、

メディカルラリーとは、医師、看護師、救急救命士、薬剤師などの医療関係者がチームを組んで、医療が必要な緊急事態に対応するスキルを競う競技会です。2018年11月に第1回日体大学生メディカルラリーを実施しました。日体大の学生だけでなく、近隣の医療・看護系大学など約200名が参加しました。

1チーム(6-8名)で5-6のシナリオを行います。各シナリオで救急救命士・救急隊員・消防隊・医師・看護師など役割を指定され活動します。競技会は緊急の連絡を受け救急隊が到着するところから始まります。現場の状況の判断、処置方法や搬送先を選択。現場の状況と傷病者の状態を時系列で記録するなどを競います。

他大学と競うことでスキルの向上はもちろんですが、さまざまな人たちとのコミュニケーションが図れ、卒業後にもこの関係が役立つと考えています。そうすることで本当のチーム医療が実現できると考えています。

今後は、大学生だけでなく子どもも参加できるメディカルラリーを開催したいと思っています。