

総集編 ～もしもに備えて～

「スポーツ救急をひもとく」と題してこれまで5回シリーズで連載してきました。

今回は総集編として、救急医療学科はもとよりすべての日体生に対して、

日体大の一員として、私たちに何ができるか、何をすべきかについて、

救急医療学科の小川理郎先生、鈴木健介先生、中澤真弓先生にお聞きました。

スポーツ救急についての正しい知識を持つとともに、実践できることが必要です。

一人ひとりが安全や健康に対する自覚を持ち、もしもに備えて行動していきましょう。



review

シリーズ「スポーツ救急をひもとく」では、次の内容を紹介してきました。見逃した方は学報NITTAIDAIバックナンバーをごらんください。

- 第1回 (学報 NITTAIDAI 54号)
スポーツ救急とは
- 第2回 (学報 NITTAIDAI 55号)
マラソン大会における
救護対応システム
- 第3回 (学報 NITTAIDAI 56号)
スポーツ救急における頭部外傷
- 第4回 (学報 NITTAIDAI 57号)
熱中症を知る、防ぐ
- 第5回 (学報 NITTAIDAI 58号)
スポーツ救急における
119の利用



シリーズ・ナビゲーター 鈴木先生からのメッセージ

スポーツをしていると怪我や事故が起こることがあります。そんなもしもにしっかり備えを行っていると、安心してそのスポーツに専念できます。また、スポーツをしている当事者だけでなく、観戦している人、周囲で支えている人までを視野に入れ、もしもへの対策をとっていると、より多くの人にも安心が広がります。

日本体育大学の学生は将来全国でスポーツに関わる仕事をしていく人が多いと思います。またスポーツに関わらなくても、日体大を卒業した学生がいることで、そこには日本一安心安全な環境ができることを目指しています。

スポーツ救急とは

小川 スポーツは人に感動や感銘を与えてくれます。

しかし、けがや心肺停止などのアクシデントは、スポーツが持つ魅力とは正反対なものです。スポーツの現場で、けがや死亡のリスクを取り除くのがスポーツ救急です。アスリートにとっては我々のような医療者がいることで安心して最高のパフォーマンスを発揮できると考えています。つまり感動を与えてくれるスポーツとするには、医療がしっかりサポートしなければなりません。

鈴木 スポーツ救急では、スポーツの現場における救護で初期対応が最も大切です。あらかじめ、もしもに備えしつかりとした準備が一番必要なのです。

中澤 救急では、病気を持っている人の症状が悪化するなど、心積りができる場合も多くあります。しかしスポーツの事故はさつきまで元気だった人が突然倒れることが多く、本人や周囲に与える動揺も大きいでしょう。その人たちのいち早く救い、またスポーツの現場に戻るのが、私の考えるスポーツ救急です。

スポーツ救急の必要性

鈴木 中澤先生がおっしゃるように、スポーツで活躍している人に不幸なことが起こると、周囲の環境に非常に大きな影響を与えてしまいます。だからこそ、スポーツ救急が主導的役割を果たし、万全に準備すべきなのです。

中澤 スポーツは特別な例を除いて周囲には仲間がいるはず。もしものとき、仲間にスポーツ救急の知識があり、助けてあげられるよう準備をしておくべきだと考えます。

鈴木 事が起きて迅速に対応することはもちろん重要ですが、その現場で助けた人への心のケアも大事です。偶然その場に居合わせて救命救護をした人が、その後、助けた人がどうなったか、責任やストレスが重くのしかかります。その人が助けたという行為を讃え、よかったと伝えることで、その人も救われます。

日体大の学生に期待すること

鈴木 日体大の学生は卒業後、全国の学校をはじめとして様々なところで活躍すると思います。日体大の学生がスポーツ救急を学び、学校やスポーツの現場で、もしもの場面に遭遇したとき、迅速に、そして的確に救急対応ができれば、安心してスポーツなどができる環境がいつそう整うと思います。日体大の卒業生がリーダーシップをとり、スポーツの安心安全を全国に広げていくと、スポーツに限らず、広く社会的意義も大変大きいと期待されます。

小川 医療のプロとして、私たちの技術や知識が役に立つのであれば、とても嬉しいことです。私たちは高いプロ意識を持ってあらゆることに臨んでいます。私たちの知識や知見をみなさんが、どんどん活用してほしいと思います。



プロフィール……中澤 真弓 (なかざわ まゆみ)

保健医療学部救急医療学科准教授(救急救命士・防災士)。帝京平成大学大学院、政策研究大学院大学修了。修士(健康科学・防災政策)。東京消防庁で救急隊長や消防学校教官を経験し、帝京平成大学助教を経て、2018年より現職。専門は、救急車の適正利用や救急事故の予防など、救急システムに関する研究。



プロフィール……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。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。



プロフィール……小川 理郎 (おがわ さとる)

保健医療学部救急医療学科長教授。日本医科大学大学院医学研究科(救急 医学)修了。医学博士。日本救急医学評議員、日本臨床救急医学学会評議員。日本救急医学会指導医／専門医、神経外傷／外傷・救急外科医。日本医科大学関連施設で救急医療、災害医療に従事し、日本医科大学救急医学教室などを経て、現職。

地域と連携した 救急医療学科の取り組み

小川 今、日体大救急医療学科として、市民の健康とスポーツを考える上で、横浜市青葉区でのマラソン大会を非常にうまくサポートしています。青葉区民マラソン大会がスタートした第1回から継続しています。また、昨今、自然災害が多く発生していますが、市民の危機管理の防災対策の指導もしています。

鈴木 市民の危機管理という点では「防災訓練 in 日本体育大学」を実施しました。これは宿泊を伴い実施する回もありました。横浜・健志台キャンパスを中心に、地域の方たちと学生がキャンパスのある青葉台を一緒に歩いて、どこが浸水する可能性があるとか、危険な場所はどこかなどをチェックすることも行いました。さらにDIG [Disaster (災害)・Imagination (想像力)、Game (ゲーム)] も行いました。

行いました。

中澤 DIGで学生と青葉地域の人がチームを作り、年齢や経験、考え方の違う人が同じテーマに取り組むことで、この場所には、子どもたちがよく集まるとか、この川は氾濫し



にくいとか、地域の人でしか知らないようなことを教えてもらうなど新たな発見もありました。

鈴木 青葉区の医師会と連携して災害が起きたときにどこに病院が対応するか、開いているかなどの情報を共有することもしています。

中澤 DIGを行うことで地域のことをより深く知り、青葉区のことにより好きになったという学生もいます。地域の人にとっても日体大が身近になったという声も聞きます。防災訓練をして地域コミュニティの再構築をしているとも言えるのではないのでしょうか。

救命蘇生研究会で モチベーションを上げる

中澤 救急医療学科の取り組みとして2018年からは救命蘇生研究会を開催し、今年2回目を行いました。研究会では救急医療学科の学生や卒業生が研究発表を行ったり、著名な講師による講演を聴いたりすることができます。相乗効果として、在校生・卒業生と救急医療関係者との交流が生まれています。

小川 救命蘇生研究会を単なるイベントで終わらせず、さらなるレベルアップを追求することも目的としているので勉強になり、学生にとっては良き思い出にもなります。

中澤 この研究会に参加して、日体大に入りたいという高校生もいました。発表する学生は大きな刺激になりますし、我々教員も学ぶところが多くあります。今回は「チャレンジ」をテーマにしましたが、来年はさら



防災訓練

第5回 青葉区民マラソン 平成30年11月25日(日)

に上を目指して「スーパーチャレンジ」をテーマにします。

小川 「チャレンジ」という英語の言葉には、困難なことや試験となるようなことに取り組むという意味があります。世の中には困難や試験が多くあります。それを乗り越えていくことが重要で、そのような高い志を持つという意味合いも含んでいます。

鈴木 困難や試験を乗り越えるという点でいうと、在学中に深刻な悪性の病気に襲われた救急医療学科の学生がいました。その学生は救急医療学科のシアトル(救急医療・救急車同乗研修)で素晴らしい経験をして、厳しい悪性の病気を乗り越えてくれました。病気に闘っているとき、「私はシアトルでのよき経験があるから耐えられる」と私たちに強い気持ちを表してくれました。その結果、病気との闘いに勝ち、さらに一度は諦めかけていた夢を実現することができたのです。チャレンジをした経験は生きていく上で非常に重要だと実感しました。

小川 私たちはその学生に医療を通して全力でサポートをしました。



技術だけでなく、精神的なサポートをするのも医療から学んでいるのは、人間教育なのです。

日体大生へのメッセージ

小川 とにかく今の自分を大事にしてほしいです。結果は大事ではありませんが、プロセスこそ一番重要です。結果は些細なことで決まってしまうこともよくあります。ただ、プロセスや経験はその後の人生の大きな糧になります。とにかく悔いを残さないことです。

中澤 学生時代にいろいろなことにチャレンジしてほしいです。そのチャレンジの目標は高く持つことです。ただ一気に高みを目指すのではなく、目の前のこと、小さなことかもしれませんが、それを手を抜かずしっかりとっていくことです。そうすると夢は実現します。

鈴木 学ぶ立場であるので、素直になることが大切だと思います。指導者から言われたことを素直に聞き、そして実行できるかが、その後の成長に大きな差をつけます。教員としてそのことを強く実感します。素直に吸収し、実行することが大きな成長につながります。

小川 アスリートとして高みを目指している学生も多いでしょう。ただ自分の身体の限界を知っておくことも、選手生命という点では重要なポイントです。その上でチャレンジしてください。

中澤 日体大は一流アスリートを輩出しています。我々も救急救命の分野で金メダリストになれるよう日々取り組みんでいます。

鈴木 救急救命を学んだ日体大の学生が全国に行き、もしもに備えれば日本のスポーツが世界で一番安心安全になると確信しています。



救命蘇生研究会