

健康だより

救急時の対応について

厚生労働省と総務省消防庁では、救急業務及び救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的として、

- ・毎年9月9日を「救急の日」
- ・救急の日を含む1週間（日曜日から土曜日）を「救急医療週間」と定めています。



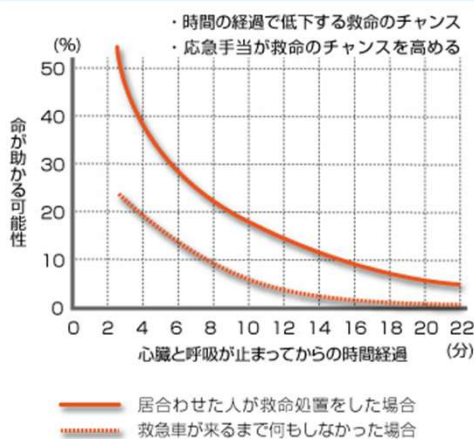
もしも目の前で人が倒れたら？

119番通報とその場に居合わせた人が行う応急手当が命を救います。

心臓が止まってしまうような重大な事故は、いつ、どこで、何が原因で起こるか分かりません。心臓と呼吸が止まってから時間の経過とともに救命の可能性は急激に低下しますが、心肺蘇生やAED（自動体外式除細動器）などの応急手当を行えば、救命の可能性はおよそ**2倍**になることが分かっています。

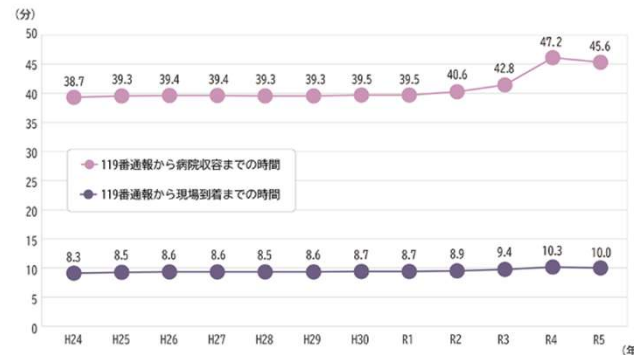


応急手当と救命曲線



Holmberg M et al. Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest patients in Sweden Resuscitation 47:59-70.2000. より、一部改変して引用

グラフ：救急自動車による119番通報から現場到着・病院収容までの時間



資料：消防庁「令和6年版 救急救助の現況」より政府広報室作成

日本では、119番通報があつてから救急車が現場に駆けつけるまでに**平均して約10分**かかります。事故などにあった人が心停止になったとき、その人を助けるためには、そばに居合わせた人が応急手当を行うことが重要となります。

救急車を呼ぶかどうか迷ったときはどうしたら良いのかなあ…？

判断に迷う時は「#7119」や「救急受診アプリ」を活用して救急車を適切に利用しよう。



救急安心センター事業「#7119」

急な病気やケガをしたとき・救急車を呼んだほうが良いか・今すぐに病院に行ったほうが良いかなど、判断に迷ったときに用いる電話相談窓口です。電話相談には看護師等の資格を持つ相談員が対応し、病気やケガの症状を把握して、緊急性や救急車要請の要否について助言をしてくれます。



緊急性が高い場合には、119番に電話を転送するなどして、救急車の要請を支援してくれます（一部の地域では未実施）。その他、診察が可能な医療機関の電話番号を教える医療機関案内や症状に応じた応急手当方法のアドバイスをしてくれます。

～119番に電話をしたら？～

一刻を争う状況では、必要な情報を簡潔に伝えることが大切です。

火事ですか？救急ですか？

①「救急」であることを伝えます
「救急です」

住所はどこですか？

② 救急車に来てほしい住所を伝えます
「〇〇市〇〇丁目〇番地です」

どうしましたか？

③ 具合の悪い方の症状を伝えます
「会社で同僚が胸の痛みを訴えて倒れました」

誰が、どのように、どうなったかを簡潔に伝えましょう。分かる範囲で意識や呼吸の有無なども伝えてください。必要に応じて、応急手当の方法を指導されます。

おいくつですか？

④ 具合の悪い方の年齢を伝えます。
年齢が分からなければ、おおよその年齢でも構いません。
「50代くらいです」

あなたの名前と連絡先を教えてください

⑤ 通報した方の名前と連絡先を伝えます
「私の名前は〇〇です、電話番号は・・・」

その他、急病やけがの状況や、持病の有無、ふだん服用している薬がかりつけ病院なども尋ねられることがあります。分かる範囲でお答えください。

政府広報オンライン「もしものときの救急車の利用法 どんな場合にどう呼べばいいの？」より作成
<https://www.gov-online.go.jp/article/201509/entry-7888.html>

AED（自動体外式除細動器）とは

心臓がけいれんして血液を全身に送れない状態（心室細動）になった場合に、電気ショックを行うことで心室細動を取り除く医療機器です。AEDの操作手順は、全て機械が音声メッセージを出して案内します。音声メッセージのとおりに行えば、だれでも簡単に操作できます。



実際の応急手当の方法は次のページへ

全国版救急受診アプリ（愛称「Q助」）

該当する症状及び病候を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応（「今すぐ救急車を呼びましょう」、「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」又は「引き続き、注意して様子をみてください」）が表示されます。その後、119番通報、医療機関の検索（厚生労働省の「医療情報ネット」にリンク）や、受診手段の検索（一般社団法人全国ハイヤー・タクシー連合会の「全国タクシーガイド」にリンク）を行うことができます。

WEB版：
https://www.fdma.go.jp/relocation/neuter/topics/filedList9_6/kyukyu_app/kyukyu_app_web/index.html



健康だより

心肺蘇生の実施方法（心肺蘇生法）～突然人が倒れたら～

- ①周囲の安全を確認する。
- ②傷病者に近づき、反応（意識）を確認する。
- ③傷病者に反応がなければ、大声で叫び応援を呼ぶ。
- ④119番通報及びAEDを現場に届けてもらうよう協力を求める。
- ⑤呼吸を見る。胸とお腹の動きを見て「ふだんどおりの呼吸」をしているか10秒以内で確認します。
呼吸がないか、普段通りではない場合は、心停止と判断してください。
例）死戦期呼吸：しゃくりあげるように途切れ途切れの呼吸
また、「普段通りの呼吸」かどうか分からない場合も、胸骨圧迫を開始してください。
- ⑥胸骨圧迫を30回。
- ⑦人工呼吸2回。（人工呼吸を行うことができれば省略可）
- ⑧胸骨圧迫30回。



上記⑥⑦を絶え間なく続けてください。

心肺蘇生は救急車が到着するまで続けます。周囲に複数の人がいる場合は、交代で行ってください。



大声で応援を呼んでも誰も来ない場合は、自分で119番通報をします。
AEDがあることが分かっている場合には、AEDに取りに行きます。
119番に通報すると、通信指令員が電話を通じて行うべきことを指導してくれます。

AEDの基本的な使い方 ※音声メッセージに従って誰でも簡単に使えます

- ①電源を入れる。（ふたを開けると、自動的に電源が入るタイプのAEDもあります。）
- ②パッドを貼る。※
パッドを貼る場所は、パッドに図で表示されているので、図のとおり傷病者に貼り付けましょう。
- ③コネクタを指定された場所に差し込む。
AEDが心電図を解析し、電気ショックが必要な場合は、自動的に充電します。
- ④放電ボタンを押す。
充電が完了すると、音声メッセージで次の行動を指示します。
「放電してください」などのメッセージが流れたら放電ボタンを押しましょう。
このとき、必ず自分と周りの人は傷病者から離れ、触れないようにしましょう。
- ⑤電気ショック実施後は、直ちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開してください。

※パッドを貼り付けるときは、次の点を確認しましょう。

- ・皮膚が濡れていないか：
濡れていたら、乾いた布などでふき取ってください。
- ・貼り薬などが貼られていないか：
貼られていれば、剥がしてください。薬剤が残っていたらふき取ってください。
- ・心臓ペースメーカーなどが埋め込まれていないか：
胸に硬い「こぶ」のような出っ張りがあればそこを避けて貼り付けてください。

「ショックは不要です。」という音声メッセージが流れたら？

AEDはショックが必要かどうか自動的に判断します。
必要ない場合は「ショックは不要です」という音声メッセージが流れます。
その場合も、直ちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開してください。



怪我の応急措置

●出血時：直接圧迫止血法

- ・基本的な止血方法でガーゼ・タオルなどで直接傷口を圧迫します。
- ・足りない場合はガーゼ・タオルを更に重ね、両手で圧迫します。
- ・出血が止まらない場合は両手で体重を乗せながら圧迫します。
- ・目や口に血液が入らないように注意しましょう。



感染防止ポイント

出血の処置の場合は、
ゴム手袋が有効です。
ビニール袋でも代用できます。
応急手当を実施した後は、
十分に手洗い・うがいを
実施しましょう。

●外傷（骨折）

- ・損傷部の痛み・変形・腫れ等で判断します。
- ・心肺蘇生が必要な場合は、心肺蘇生を優先します。
- ・不用意に移動したり、動かしたりしないようにします。
- ・顔色・表情を見ながら、固定処置を行います。
- ・固定は、雑誌・杖・傘・毛布等でも代用することができます。

救急用具の内容について（令和3年12月1日基発1201第1号）

事業場に一律に備えなければならない品目についての規定は削除されています。

→事業場において労働災害等により労働者が負傷したり、疾病に罹患した場合、

- 速やかに医療機関に搬送することが基本であること
- 事業場ごとに負傷や疾病の発生状況が異なること が理由です。

事業場に救急用具を備え付ける場合：

- ・職場で発生することが想定される労働災害等に応じ、応急手当に必要なものを
産業医等の意見、衛生委員会等での調査審議、検討等の結果等を踏まえ、備え付けること
- ・マスクやビニール手袋、手指洗浄薬等、負傷者などの手当ての際、
感染防止に必要な用具や材料も併せて備え付けておくことが望ましいとされています。

労働災害等が発生した際に、
速やかに医療機関へ搬送するのか、事業場において手当を行うのかの判断基準
救急用具の備付け場所・使用方法等をまとめた対応要領をあらかじめ定めておきましょう。

※救急箱を設置する場合には、
使用期限が切れていないかなど定期的に点検しましょう！



万が一に備えて訓練を受けてみよう

防災訓練と同様に、応急手当の講習を受けていれば、
より確実に、より自信を持って心肺蘇生を行うことができるかもしれません。
消防庁の「一般市民向け 応急手当WEB講習」では、
e-ラーニングで応急手当の基礎知識を学ぶことができます。
<https://www.fdma.go.jp/relocation/kyukyukikaku/oukyu/index.html>

日頃からAEDを点検しましょう！

AEDのバッテリーや電極パッドには、有効期限があります。
設置してから年月が経過している場合は、有効期限が切れていないか確認しましょう。

☑インジケータの確認

日常点検する際には、インジケータ※の表示を確認し、記録しておきましょう。
※AEDが使用できる状態にあるかどうか確認するためのランプや画面のこと

☑消耗品の交換

電極パッドやバッテリーの交換時期が分かるよう表示ラベル※をつけましょう。
表示ラベルに従って、使用期限が来たら交換するようにしましょう。

※製造・販売会社から提供されます。詳細は製造・販売会社にお問い合わせください。

