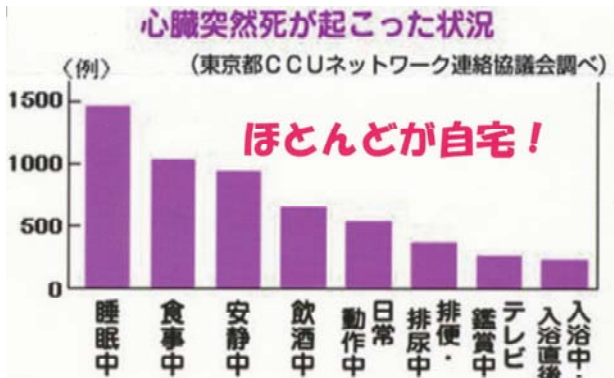


愛する家族を救うのはあなたです！

心臓病センター内科 市川健一郎

圧倒的に多い自宅での心臓突然死



心臓病の患者さんが突然意識消失をした際に、どうするべきでしょうか？ 呼びかけて反応が無ければ、まず助け（救急車）を呼んでください。でも、救急車が来るまで、東京都内で平均 6 分かかります。この間、どうしますか？ 実は、この間の家族による心肺蘇生が文字通り生死をわけることになります。突然の心停止の大半は致死性不整脈である心室細動（いわゆる心臓麻痺）によって引き起こされています。

最近の総務省消防庁の調査では、自動体外式除細動器（AED）を使って救命処置を行った場合、1 年後の生存は 42.5%、そのうち社会復帰できた人は全体の 35.5%、一方、AED を使われなかった人の一年生存率は 9.7%と 4 倍もの差がつくことが明らかになりました。一人でも多くの方が救われ、それも社会復帰できるようにするためには、救急車が到着するまでに、適切な救命処置をご家族に行っていただくことがとても重要です。

一般市民向け心肺蘇生術

当院をはじめ、都内 62 の心臓病専門治療のできる病院が加盟する東京都 CCU 連絡協議会（東京都 CCU ネットワーク）では、患者さんのご家族と医師、看護師などが一堂に会して AED を使った救命処置の講習会を 5 年前より 2 年に 1 回行っており、昨年 10 月 1 日に第 3 回目の講習会が開催されました。場所は日本武道

館。62 施設から、参加者約 400 人、スタッフ約 300 人で、当院からは、患者さんご本人とご家族、併せて 6 名の方が参加されました。

日本から発表された論文を元に米国心臓協会（AHA）が改訂した一般市民向けの心肺蘇生では、救急隊が到着するまでは、ひたすらしっかりした心臓マッサージを行うというもので、人工呼吸を必要としません。具体的には、①呼びかけて反応が無ければ、②すぐに 119 に電話して救急要請し、近くに AED があればとってきてもらう。③強く速く（100/分）心臓マッサージ。④ AED がきたら使用開始、です。

実際の救急蘇生は難しいものではなく、やる気さえあればどなたでもマスター出来ます。一人でも多くの方に救急蘇生法をマスターしていただき、どこで倒れても、すぐに誰かが心肺蘇生を始められるようになれば、街を究極の集中治療室とすることも不可能ではありません。自分や自分の愛する人を誰かが救ってくれるように、皆さんもすぐ目の前で倒れた人の命を救えるように、救急蘇生をマスターしたい、と思いませんか。（一人ひとりの力は小さくとも、集まれば大きな力となります！）

◎救命講習については、最寄の消防署で行われていますので、興味のある方はお尋ねになってください。



東京都CCUネットワーク主催
第3回心臓病患者家族へのAED心肺蘇生法
全体講習会に参加した当院スタッフ