

とっさの時の救急法

文：赤土正剛

イラスト：日本赤十字社発行「救急法講習教本」より許可を得て転用

大抵の人は目の前で人が倒れていたらただおろおろして立ちすくむだけで何も出来ない事が多い。そこで2002年のブルーラグーンカップで起きた事故を例にとって自分たちに一致何が出来るかを考えてみよう。

大会二日目の朝会場につくと周りの雰囲気は何やらおかしい。周囲にいる人に聞いてみるとカイトで引っ張られて人がプールの壁にぶつかったという。慌ててそこに駆け寄ってみると既にノースカイト所属で看護師の資格を持つ山川さんが男性の頭を動かさないようにキープし既に毛布をかけてある。この時の山川さんの姿勢は両手を頭側から鎖骨のほうに入れ頭部を動かさないようにしていた。頸椎損傷の恐れがある場合このように頭部を動かさないようにしていつでも心肺蘇生に入れるようにする。その可能性があるのだろうか？出血は無い。本人が「痛い、痛い」と言っている。救急車は既に手配してあるとの事。「大丈夫、大丈夫」と二人で交互に声をかける。まぶたを指で広げて瞳孔

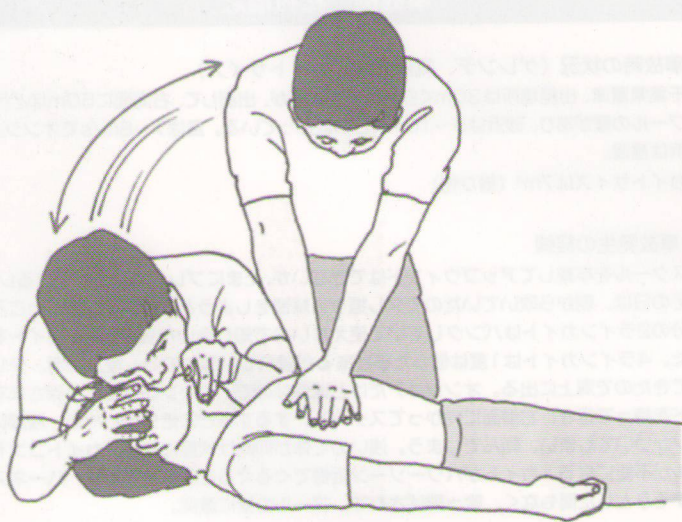
をしてみる左右同じだ左眼の半分が充血している。内出血があるようだ。だが瞳孔が同じ大きさなので脳には影響を与えていないと思える。脈を男性の左手親指側の手首に自分の薬指と中指を当ててみる。1分間に80回程度。通常の成人は60~80回なので正常である。もし心肺蘇生で心臓マッサージをやる場合は1分間100回である。元気付けながらよくよく顔を見たらなんと編集部M君ではないか。自分も平常心が失われている事に気づく。そういえば以前癲癇を起こした人の手当をしていて気が付いたら友人だったという事があった。

間もなくして救急車が到着。周りの人に協力を求めて、まず毛布を端から丸めてM君の体にびつ

たり付ける。それを両側一列に並んだ皆で握り方ひざを立てて“せーの”で静かに膝のところまで上げるそして更に“せーの”で立ち上がり進行方向にいる両側の二人は右から足を出し後ろの全員は左から歩き始める。こうすると傷病者に振動を与えにくいのである。それから私が“イチニ、イチニと掛け声をかけながら救急車のところまで運び担架に固定して病院へとM君は向かったのである。その後、大手術を受けくも膜下、硬膜外、硬膜内出血であった彼も1ヵ月後には編集部に復帰し先日は沖縄まで取材にいけるまで回復したのである。

ここで実際に行ったのは、図1の途中まで、図2、図3、図4であり、M君の身に実際に起こった事は図5である。

図1 心肺蘇生法



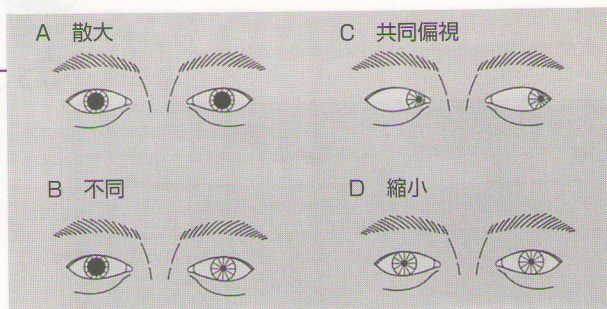
圧迫の仕方

- 胸骨上に置いた手の指先には、力を加えないようにする。
- 腕の力で胸骨を押すのではなく、上半身の体重を利用して胸骨を垂直に押し下げる。

瞳孔を調べる

- 意識がなく瞳孔が開いているとき(A)には危険がせまっている
 - 意識がなく瞳孔の大きさが左右で異なるとき(B) または、
 - 両眼とも右または左に寄っているとき(C)
- は脳の中に異常(脳外傷、脳卒中)があることが多い
- 瞳孔が著しく縮小しているときは(D)薬物による影響の場合が多い。

図2 瞳孔の観察



実際のところカイトボードのみならずスポーツを行うときに必ずと言っていいほど怪我は付きまとうものである。自分は医者ではない、看護師でもない。でも何か自分の友人が怪我をしたときもしくは自分の家族がどうなったときに、ただおろおろとするのでは無く傷病者がそれ以上悪い状態にならないように、また今消えていこうとする傷病者の命を自分が知識をもっていることで救う事が出来たらそんなにすばらしい事はないと思う。例えばワンハンドレイリーからロールをやる

うとして肩を脱臼してしまった。どうしたら良いんだろう？(図6)カイトをパワーゾーンから上げてしまっ引きずられて浜に打ち上げられていた、流木に当たって鎖骨を折ってしまった。このときはどのように手当したら良いんだろう？脱臼したときの腕のつり方では鎖骨に当たって余計悪くなってしまう、どうしたら良いんだろう？(図7)ボードが反動で戻ってきて頭から思いっきり血が噴出した。どうやって止血したら良いんだろう？(直接圧迫法と図8、図9) などなど知らないでは

済まされないことが多々有る。もしこの記事を読んで自分もそのような知識を付けたいと思ったら、各県庁所在地に日本赤十字社の支部があるのでそちらで講習の日程を教えてもらい、それに参加されるのが良いと思う。くれぐれも怪我のないようにカイトを楽しんでください!!

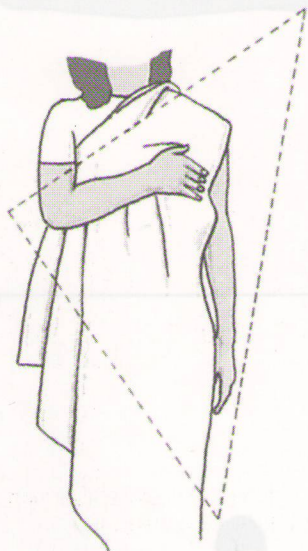


図6 腕の吊り方

- 吊ろうとする腕の片側に頂点を置き、^{けんそく}健側の肩に底辺の一端をかける。
- もう一方の端を、^{かんそく}患側の肩に向かって折り上げ、他方の端と結ぶ。
- 頂点を止め結びにするか、または、折り曲げて安全ピンで止める。

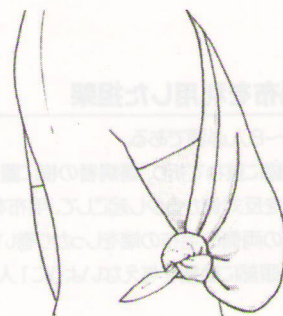
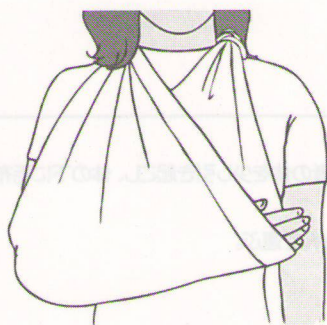
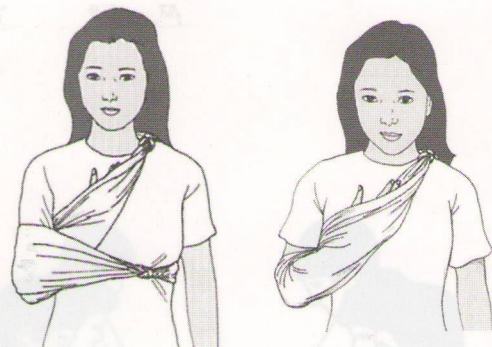


図7 鎖骨の骨折

外側から1/3くらいのところのが最も折れやすい。強い痛みがあり、健索に比べて患側の肩が下がっている。健索の手で患側の腕を支えていたり、患側に頭を傾けていることが多い。

- 傷病者が最も楽な手の位置で固定する。
- 三角巾の頂点を患側の肘、一方の端を健索の肩に当てる。他方の端を患側のわきの下から通して背中に回し、端を肩の上で結ぶ。頂点は結び止めにする。
- 他の三角巾で患側の肘を体に固定する。

*傷病者の体格や腕の位置などに応じ、患側の脇の下にタオルなどの布を当てる場合もある。



ヘルメットで安心

体の中で一番大事なのはやはり頭だね。この記事でお分かりのように初心者だけでなく、経験を積んだ中～上級者も思いもかけない事故を起こしてしまうこともあるんだ。ビーチの障害物、海上でも他のライダーや自分のボードなど万が一頭に当たれば危険だ。ヘルメットの着用を是非オススメする。

写真の商品はGOKIGEN Aqua

- ・ 定価：¥4,800
- ・ カラー：ブラック、シルバー、ホワイト
- ・ サイズ：S(55-56cm)、M(57-58cm)、L(59-60cm)
- ・ その他：専用キャリングバッグ付属

問い合わせ

株式会社クール・ラン
〒231-0034横浜市中区三吉町2-4 ジョイフル関内102
TEL：045-263-3435
Fax：045-263-3437



図3 保温、加温

- 1 毛布をあらかじめ半分まで折り込んでおき、傷病者の片側におく。
- 2 傷病者を引き起こし、毛布を差し入れる。
- 3 反対側から毛布を引き出し、傷病者を包む。肩や足を十分に包む

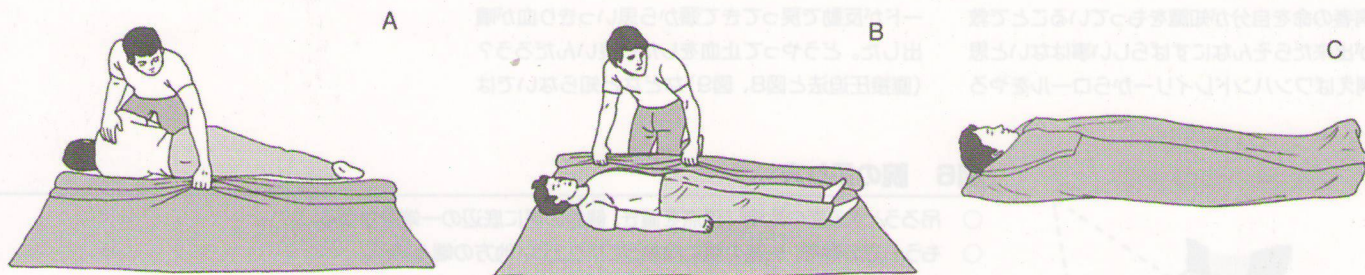


図4 毛布を利用した担架

搬送者は6~8人必要である。

- 1 毛布を縦に重ねて折り、傷病者の横に置く。反対側から傷病者の体を少し引き起こし、体の下に毛布を入れる。
- 2 傷病者を反対側から少し起こして、毛布を引き出す。
- 3 傷病者の両側の毛布の端をしっかり巻いて、それを上からつかんで運ぶ。

*傷病者の頭部に動揺を与えないように1人が頭部を確保する。

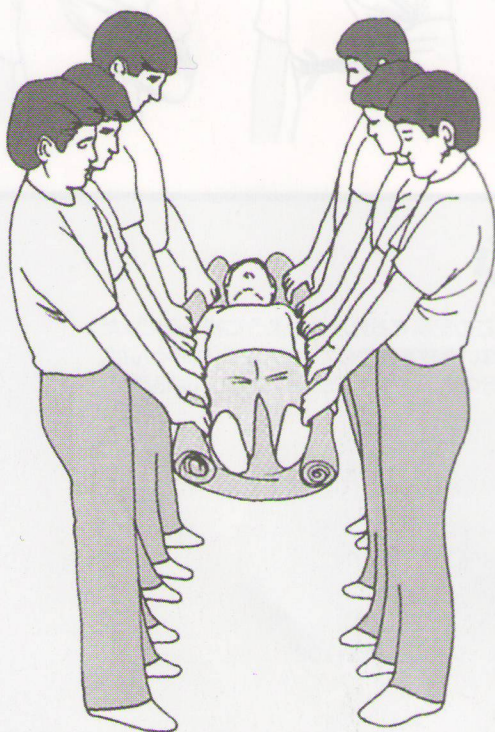
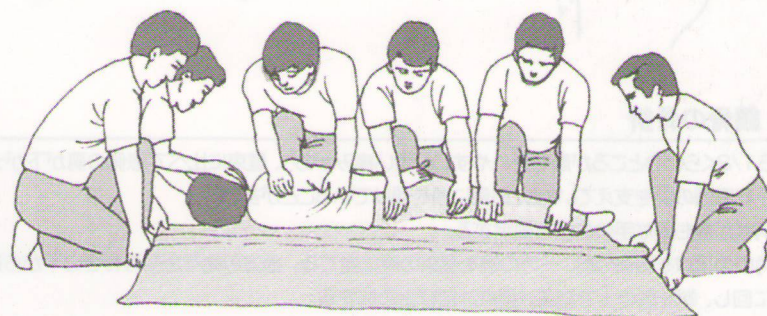
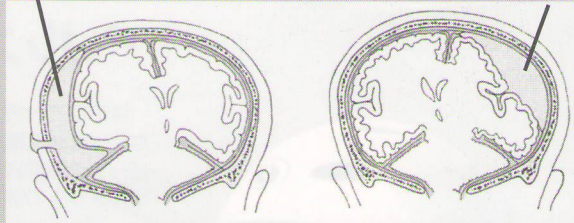


図5 M君の頭に起きたこと

硬膜外血腫 頭蓋内出血 硬膜下血腫



頭の骨が1部がくぼんだとき

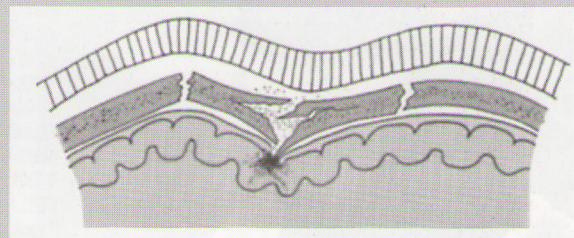


図8 耳の前での止血

耳のすぐ前で脈拍が触れる部位を圧迫する（耳の前の止血点）。
おや指を当て圧迫する。他方の手で頭を反対側から支える。

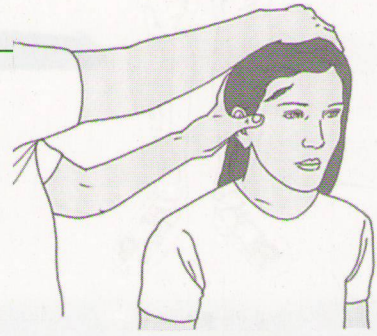
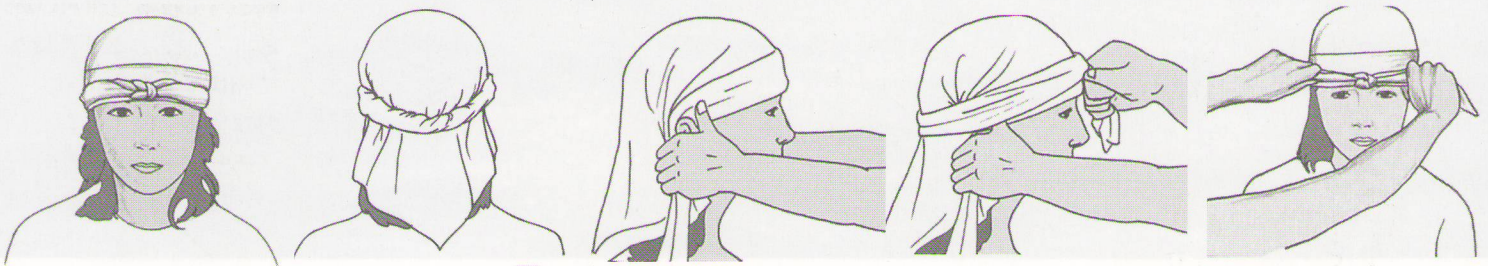
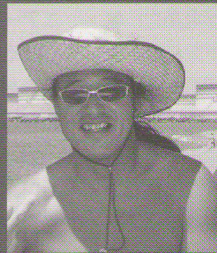


図9 三角巾の使用法

- 幹部に保護ガーゼを当てる。三角巾の底辺を3cmくらい折り、折った方を外側にして額に当て、頂点を後ろにして頭にかぶせる。両端を、耳のあたりまでもってくる。
- 両端を、後頭部で交差させ、前に回して額の中央で結ぶ。
- 後ろにたれている三角巾の頂点を何回か折る。それを交差している三角巾の中に差し込む。



記事中に使用しました18枚の図及び図の説明は全て「救急法講習読本」第5版2刷（平成14年10月1日発行 編集：日本赤十字社 発行所：（株）日赤会館）から転用したものです。



赤土正剛

元ウィンドサーフィンのワールドカップ選手、元JSBAスノーボードスクール校長、元梶池スキーパトロール（11年）、世界で始めてスノーボードでアキヤボートを引きスノーボードパトロール組織を作る。日本赤十字救急法指導員。現在ウィンド1年に3回、スノーボード2本滑走（しかも別々の日に）、スキー滑走ゼロ、あとはズーツとカイトボードかカイトスノーボードをやっている。今はカイトボードにはまっている44歳。

ライフジャケットで安心

カイトボーディングは自然が相手。だからこそ楽しい。でも楽しい反面、危険ととなり合わせでもあるのだ。たとえ泳ぎに自信があっても、ラインがからまったら？ 意識を失ってしまったら？ 衝撃から身を守るのもライフジャケットの大きな役目。海上のトラブルは自分だけでなく周りにも迷惑をかけてしまうもの。ライフジャケットの着用を是非オススメする。



インパクト・チェスト

写真の商品は

インパクト・チェスト（左）定価：¥28,000

インパクト・ベスト（右）定価：¥18,000

・サイズ：XS,S,M,L,XL

問い合わせ

シュリロレーディングカンパニー

〒108-0073東京都港区三田3-7-16

TEL：03-5440-7601

Fax：03-5440-5699



インパクト・ベスト