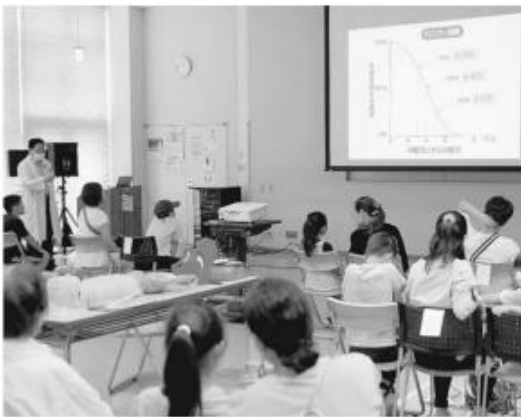


まず大声で助け求める

親子と祖父母が一緒に心肺蘇生法を学ぶ講習が京都市子ども保健医療相談・事故防止センター（京あんしんこども館、京都市中京区）で行われた。同センターの夏休み企画で、長村敏生センター長が溺水や不慮の窒息などで心肺停止した場合、まず現場ですべき救命措置について説明し、参加者が実習を受けた。

京あんしんこども館で 心肺蘇生法を学ぶ講習

長村センター長は、呼吸停止から蘇生術を行うまでの時間「この救命率をグラフにした「ドリンカー曲線」で、呼吸停止4分後に50%、5分後に25%、7〜8分になると0%に近づいていくことを示し、「10番への電話通報から救急隊が現場に到着するまで平均で8分かかる。発見者がその場で心肺蘇生法を直ちに始めなければ間に合わない」と強調した。続いて、心臓マッサージで行う胸骨圧迫について説明



「救命措置は直ちに」心臓マッサージ実演・体験

「できる人は人工呼吸も」



日本赤十字社の動画「一次救命処置（BLS）心肺蘇生とAED」(https://www.youtube.com/watch?v=N_b5wYiRwZE)

童から成人（8歳以上）で指や片手、両手とやり方が異なるが、圧迫回数は毎分100〜120回で「強く、速く、絶え間なく」続ける。「肘を真つすべし、目標は肩の位置で、真上から抑える」のがポイント。胸骨圧迫は、意識を戻すか、現場で発見した人が行う一次救命措置で大切なのは、まず大声で周囲に助けを求める



長村センター長による胸骨圧迫の実演

▽集まってくれた人に119番を頼み、AEDを持ってきてもらう▽心肺蘇生を行う。など。長村センター長は「万が一に備えることも大切だが、まず予防に気をつけてほしい」とアールや海など、事故に遭わないよう求めた。この日の講習は長村センター長による人工呼吸の説明も行われた。コロナ感染防止のため参加者の実習はできないが、「心臓が原因であれば心臓マッサージやAEDに効果があるが、子どもは溺水や窒息など呼吸が原因であるケースが多い。気道を確保して、人工呼吸ができる人はやってほしい」とし、講習会で講師から説明を受けてほしいという。一次救命措置について日本赤十字社などの動画もある。

講習は子どもを事故や災害から守るすべを学ぶ▽親子で学ぼう救命救命と防災「で行われ、シートとピンポン球、ひもで作る「てるてる団栗」など防災寺子屋京都による実習もあった。（稲屋麻）

親子と祖父母と一緒に心肺蘇生法を学んだ講習
(京都市中京区・京あんしんこども館)

令和5年(2023年)8月15日(火曜日) 本版 朝刊

 **京都新聞社**
The Kyoto Shimbun Co., Ltd.

© 京都新聞社 無断複製・転載を禁じます