

保健だより

心肺蘇生法
No.5

平成26年9月24日
千葉市立千葉高等学校
保健室

◎AED講習会が開催されました

9月19日に校内において千葉市防災普及公社指導員によるAED講習会が開催されました。運動部の代表者33名が参加し、心肺蘇生法やAEDの使用法等の説明を受け、実習をしました。

突然の心停止は、心室細動(心臓が細かく震えだす不整脈)によって生じることが多く、右の図のように、1分ごとに生存退院率は7~10%下がります。119番通報をしてから救急車が到着するまで、平均で8.3分かかることから、その場に居合わせた者による心肺蘇生とAED使用は救命率を上げるために重要です。

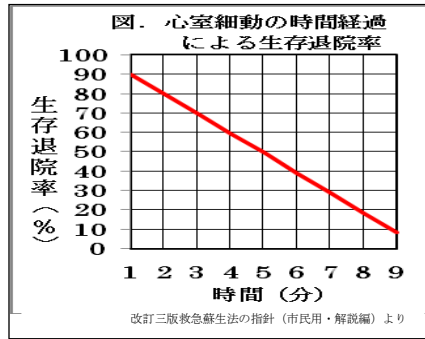
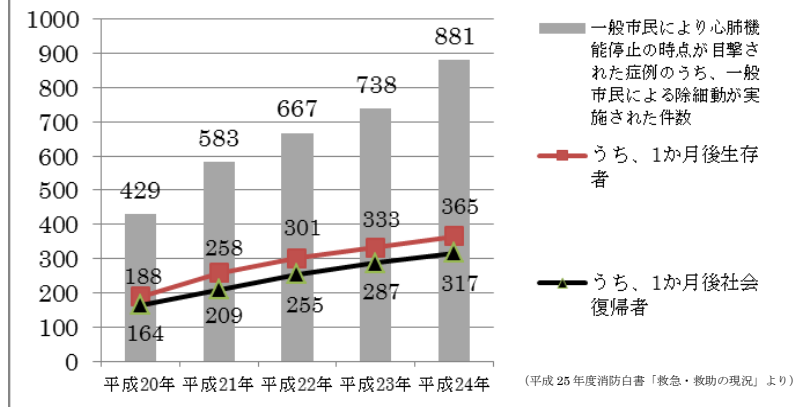


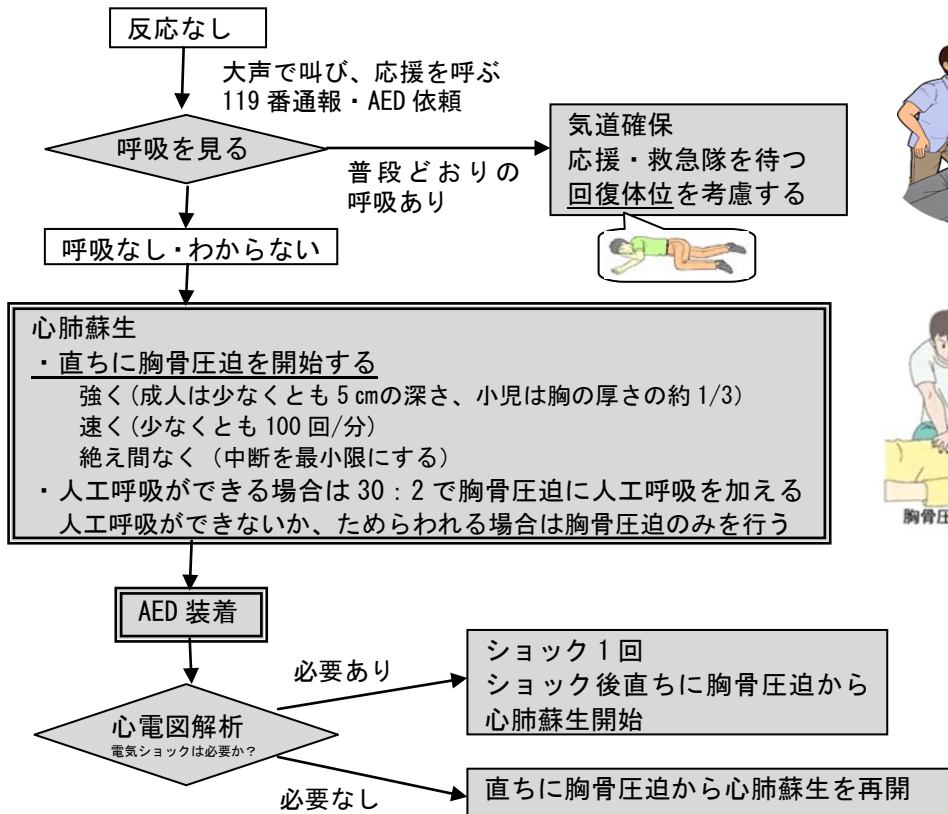
表. 一般市民によりAEDが使用された件数の推移



左の表より、平成24年に一般市民がAEDによる除細動を実施した症例は881件、このうち365人(41.4%)が助かり、そのうち317人(86.5%)が社会復帰を果たしました。しかし実情は市民に目撃された心肺停止症例は23,797件にも上っており、AEDの利用はわずか3.7%であったことから、AEDの操作方法や設置場所の啓発や周知が課題とされています。

参照: 救急蘇生法の指針2010(市民用)

◎心肺蘇生の手順

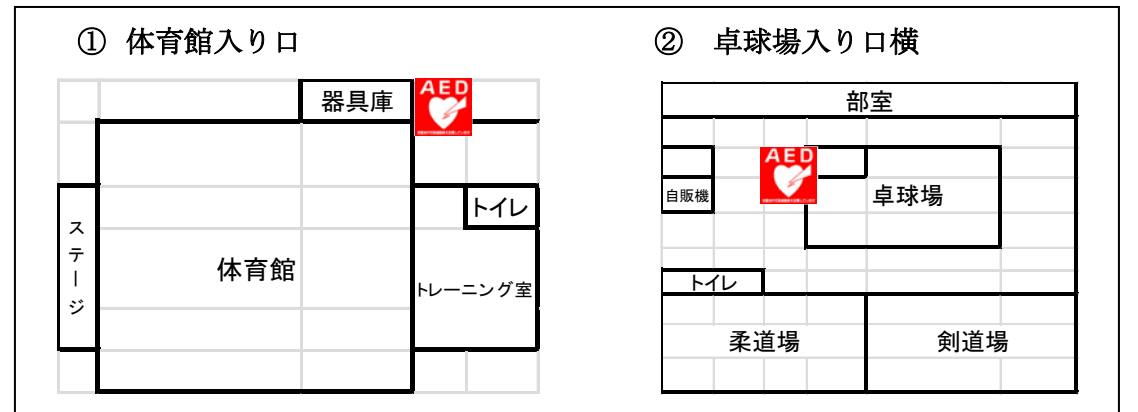


◎AEDについて

AED(自動体外式除細動器)は心室細動によって全身に血液を送れなくなった心臓に電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。2004年7月から一般の人でも使えるようになり、駅、公共施設、商業施設等、人が多く集まるところに設置されています。本校にも緊急時に備えてAEDを2カ所に設置しています。AEDを使えば助かったかもしれないケースが毎年全国で報告されています。AEDは電源を入れればその後は音声メッセージに従えば誰でも操作ができ、電気ショックが必要ない人には作動しないため、目の前で人が突然倒れたらためらわずにAEDを着用することが呼びかけられています。通学中など校外で、緊急事態に遭遇することもありますので、自宅や通学路等の最寄りのAEDはどこに設置されているか確認しておくことも大切です。



<本校のAED設置場所>



保健委員が紹介する健康ニュース

2年生保健委員が、みなさんに紹介したい健康関連ニュースを順番に紹介していきます。

「デング熱」

2014年8月29日(金)
朝日新聞朝刊:『感染 代々木公園か』より

- ◆約70年ぶりに確認されたデング熱の国内感染が、さらに広がった。
- ◆感染が疑われる場所は東京都渋谷区の都立代々木公園。大勢の人が訪れるため、都も対応に追われた。
- ◆デング熱:デングウイルスが原因で、38度を超える発熱や頭痛、筋肉痛が主な症状。ウイルスを持った蚊に刺されることで感染し、人から人へは直接感染しない。

デング熱は人から人に感染することはないし、感染した蚊に刺されることは、確率的にはすごく低いので、そんなに広がらないだろうと思っていたけれど、こんなに速く全国に広がるとは、すごく驚きました。やはり蚊の感染症は怖いなと思いました。デング熱に感染しなくても、代々木公園等の閉鎖で利用できなかったり、イベント等の中止で残念な思いをした人は多く、これもまた感染症の嫌なところの1つだと思いました。今や千葉市の人も感染しているので、蚊が多くいる場所に行く時は、服装や蚊よけスプレー等で、刺されないよう注意して、もしも熱が出た場合には、すぐに病院にかかる必要があると思いました。

保健委員C

「iPS初の臨床手術」

2014年9月13日(土)
朝日新聞朝刊:『iPS初の臨床手術』より

- ◆理化学研究所などのチームは12日、目の難病患者の皮膚から作成したiPS細胞(人工多能性幹細胞)を網膜の組織に分化させ、患者に移植する手術を実施したと発表した。
- ◆2007年にヒトでiPS細胞が作製されてから、実際に患者の体に移植したのは世界初。

一時期、STAP細胞があるかないか、話題になっていましたが、iPS細胞は確かなものなので、このニュースを紹介します。今回の移植手術は、あくまで安全性の確認を目的とした臨床研究であって、治療効果を期待したものではないとのことですが、今後、iPS細胞を利用して、病気やケガなどで失われた機能を、取り戻すことができれば、これまで辛い思いをしていた多くの患者さんを助けことができ、人々の役に立つと思います。僕は今まで健康関連の分野にあまり興味がなかったのですが、このニュースを知り、iPS細胞の今後の展開に大いに期待したいです。



保健委員D