

使おう！
AED導入10周年プロジェクト
減らせ突然死 aed-project.jp/

迷ったら使う！ AEDで救おう命！

その命を救うのはあなたの勇気です



～AED普及10周年特別企画～ “備える”AEDから“使う”AEDへ！

日本で一般市民がAED(自動体外式除細動器)を使うことができるようになってから10年。AEDの数は急速に増えてきたものの、実際に使用されるケースはまだほんの一部にとどまっています。とっさのときに私たちはどのように動けばいいのか——。AEDを活用し一人でも多くの命を救える社会を目指す「減らせ突然死プロジェクト」実行委員会の三田村秀雄氏と石見拓氏に薬剤師でフリーアナウンサーの小林美幸さんにお聞きしました。



三田村 秀雄さん

「減らせ突然死プロジェクト」実行委員会委員長
日本循環器学会 AED 検討委員会委員長
国家公務員共済組合連合会 立川病院 院長

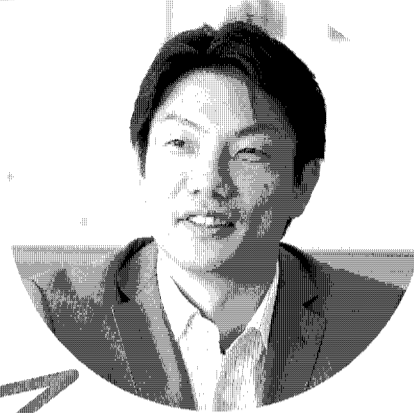
救えるはずの命を
救う世の中に
していきたい。

命率が低下
します。救
急車を
待つだけ
ではな
かなか
間に合
いません。

三田村 日本では突然心臓が止まる「心停止」で亡くなる人が毎年7万人います。そのほとんどは原因は心室細動という不整脈です。これを治す方法はAEDを使って胸の上から電気ショックを加えるしかありません。しかも、電気ショックの効果は時間と共に減るため、1分遅れると1割ずつ救命率が低下します。救急車を待つだけではなかなか間に合いません。

小林 駅やデパートなどでAEDを見かける機会が増えた気がします。三田村 この10年で街角に設置された一般市民向けのAEDだけで35万台、医療機関や消防機関に設置されているものを合わせると44万台と、急激に増加しました。石見 人口1人あたりに換算すると、おそらく世界で一番多いでしょう。ただし、実際に心臓が原因の心停止で倒れるところを目撃された人のうち、AEDによる電気ショックを受けた方は3.7%に過ぎません(2012年消防庁)。もちろん、そばにAEDがなかった可能性もありますが、あったのに使われなかったケースも少なくありません。AEDが実際に使われている率はまだまだ低い、と言わざるを得ないのです。

小林 駅やデパートなどでAEDを見かける機会が増えた気がします。三田村 この10年で街角に設置された一般市民向けのAEDだけで35万台、医療機関や消防機関に設置されているものを合わせると44万台と、急激に増加しました。石見 人口1人あたりに換算すると、おそらく世界で一番多いでしょう。ただし、実際に心臓が原因の心停止で倒れるところを目撃された人のうち、AEDによる電気ショックを受けた方は3.7%に過ぎません(2012年消防庁)。もちろん、そばにAEDがなかった可能性もありますが、あったのに使われなかったケースも少なくありません。AEDが実際に使われている率はまだまだ低い、と言わざるを得ないのです。



石見 拓さん

「減らせ突然死プロジェクト」事務局
PUSHプロジェクト 代表
京大 環境安全保健機構 准教授

万一の場面で
動くために、
講習受講を。

小林 倒れたとき、私たちがなんとかしなければならぬ、ということなんです。石見 はい、そこでAEDをもっと積極的に活用してもらおうと立ち上げたのが、減らせ突然死プロジェクトです。学校やスポーツ現場での心肺蘇生やAEDに関する講習も、SNSやキャンペーンサイトを通じて、心臓病やAEDに関心を持ってもらえるよう呼びかけているんです。

音声に従って操作 誰でも使えるAED

小林 AEDの操作が難しくはありませんか？

三田村 すべての手順は音声でガイドしてくれるので大丈夫です。AEDは電気ショックをかける治療のための機械であるとともに、電気ショックが必要かどうかを判断する機械でもあるのですが、電源を入れたら、音声に従って倒れている人の胸にパッドを貼るだけで、あとは機械が判断してくれます。石見 より救命率を高めるにはAEDの前後の胸骨圧迫、いわゆる心臓マッサージが有効です。AEDがいつも動きが止まらずに小さく震えている状態の心臓に電気ショックを与えてリセットし、元のリズムに戻す役割を担っているのに対して、胸骨圧迫は止まった心臓の代わりに血液を巡らす役割を果たします。

三田村 過去のデータを見ると、救急車が到着するのを待つだけで、8.6%の救命率が、胸骨圧迫をすると14.2%、AEDを使えば41.4%に増えることがわかっています。どちらも小学校高学年くらいからできること。難しくはありません。



小林 美幸さん

薬剤師・フリーアナウンサー
アピタル夜間学校に出演中

三田村 とにかく人が倒れる瞬間を目撃したら手を貸してほしい。一人ひとりがそういう気持ちを持っていれば、きっと救える命があるはずですから。

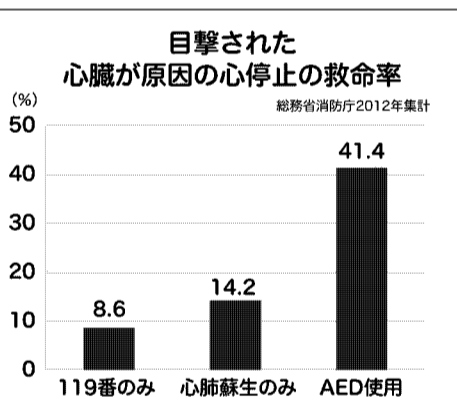
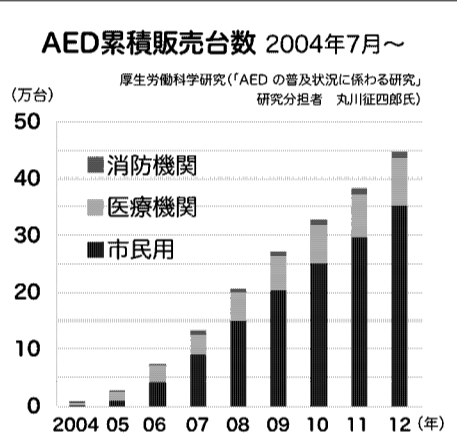
石見 少しでも講習で体験しておく、いざという時に行動を起こす勇気を持つ、最近では学校教育の中でAEDの使い方や胸骨圧迫の実習を取り入れられつつありますが、これを更に広げるとともに、大人の方にもぜひ一度受講してほしいと思います。三田村 とにかく人が倒れる瞬間を目撃したら手を貸してほしい。一人ひとりがそういう気持ちを持っていれば、きっと救える命があるはずですから。

小林 でも、目の前で人が倒れたとき、果たして自分が冷静に動けるかどうかや、はたして不安です。石見 それはみんな同じですよ。誰だって「どうしよう」と迷うもの。だけど、迷っても処置を行ってほしいのがAEDであり、胸骨圧迫なのです。だって、何もしなければその人は助からない可能性の方が高いですから、勇気を出して一歩踏み出してほしいですね。三田村 35万台のAEDが設置された今日、これからは、それを使う人を増やさなければなりません。あそこに行けばAEDが必ずあること、誰もがピンとくるような場所に設置することも重要ですね。コンビニや薬局などへの設置も提案していきたいと思っています。石見 少しでも講習で体験しておく、いざという時に行動を起こす勇気を持つ、最近では学校教育の中でAEDの使い方や胸骨圧迫の実習を取り入れられつつありますが、これを更に広げるとともに、大人の方にもぜひ一度受講してほしいと思います。

AEDを使った救助手順

- 電源を入れてAEDの声をよく聞く
- パッドの絵の指示通り胸に貼る
- 必要なら、安全確認後ショックボタンを押す

※PUSHプロジェクト



朝日新聞医療サイト「アピタル」にて「減らせ突然死プロジェクト」のコラムを連載中。アピタルで検索してください。 apital 朝日新聞の医療サイト

第29回日本不整脈学会／第31回日本心電学会合同学術大会

「心臓突然死～AED導入10周年記念シンポジウム～」

■日時：2014年7月27日(日) 12:30開場 13:00開会
■場所：グランドプリンスホテル高輪(東京都港区高輪3-13-1)

専門家によるお話とパネルディスカッションを通して、突然死とAEDについて考える一般市民向けシンポジウムを開催します(無料先着順)。プログラムの中にはAEDを使った救命法を学ぶための「PUSHコース」も。ぜひ体験してみてください。

「PUSHコース」参加申し込み
①名前(ふりがな) ②連絡先電話番号/FAX番号を明記し、下記までお申し込みください。(締切 7/18必着)

日本不整脈学会事務局
●FAX: 03-3219-1955
●Mail: office@jhrs.or.jp

先着80名様限定

※7月5日(土)の名古屋をはじめ、関連イベントを各地で開催予定。詳しくは「減らせ突然死プロジェクト」HPへ。

減らせ突然死 検索

勇気が救ったいのちのエピソード

手が震えた。それでも絶対助けたかった。

その日トレーナーとして運動場に行った私の前で、走っていた男性が突然ぱたりと倒れました。声をかけても反応がなく、顔色がどんどん失われていく様子を目にした私は「AEDと救急車の連絡！」と仲間に叫んでいました。AEDを開けパッドの袋を取り出すとき、自分の手が震えていることに気づきました。「私、怖いんだ……でも、絶対助けてほしい！」。自分を奮い立たせるように袋を破り、全身全霊で処置を続けたのです。その後、救急車で病院へ運ばれた彼がベッドの上で弱々しくも笑っている姿を目にしたときは、本当にうれしかったです。

福田瑞穂さん 学生(現在は会社員)

今行かなければ。車を止めて、駆け寄った。

看護師を目指していた僕は、何度も救急の勉強会に参加していました。それでもまさか実際にAEDを使う日がくるとは……。その日、運転中に歩道で倒れている男性が目にとまりました。「呼吸がへんだ」と気づき、車を止めて駆け寄りました。集まってきた人々と分担して救急車を呼び、胸骨圧迫を。運ばれてきたAEDのパッドを男性に装着すると「ショックが必要です」と音声で聞こえてきました。怖かった。だけど、勇気を出してボタンを押しました。その後男性が社会復帰したと聞き、あのとき一歩踏み出せてよかったと心から思いました。

鯉江宏樹さん 学生(現在は社会医療法人 愛仁会 高槻病院 看護師)

公益財団法人 日本心臓財団 www.jhf.or.jp

私たちは、日本心臓財団が進めるAED普及啓発活動を応援しています。

エレクトロニクスで病魔に挑戦

NIHON KOHDEN

日本光電工業株式会社
http://www.aed-life.com/

Physio-Control Japan Inc.

**フィジオコントロール
ジャパン株式会社**

www.physio-control.jp/
Lifesaving starts here.™
救命の第一歩、ここに始まる

信頼される安心を、社会へ。

SECOM セコム株式会社

www.secom.co.jp

AsahiKASEI
旭化成グループメディカル

JMS 株式会社ジェイ・エム・エス

PHILIPS 株式会社フィリップス エレクトロニクス ジャパン

医療機器専門メーカー

フクダ電子 株式会社