

Strategies for Reducing SCD by Raising Public Awareness

A Statement from the Education and Implementation for Cardiac Emergency Committee of the JCS

西山知佳

京都大学大学院医学研究科 人間健康科学系専攻 クリティカルケア看護学分野

● はじめに

このたび、救急啓発部会で作成しました「心臓突然死を減らすための教育に関するステートメント」^{1,2)}がようやく完成しましたので報告します。最後に QR コードを読み取っていただきたいので、スマートフォンをご用意ください。

● 救急啓発部会の基本方針

救急啓発部会は循環器救急領域における啓発活動を通じて、医療者と市民の両者に対して教育や活動を行い、循環器による死亡を減らそうという取り組みを行っています。

ステートメントはその取り組みの一つで、予防の方策と提案をしていこうと、STOP MI(心筋梗塞)プロジェクトなども盛り込んだ内容になっています。

● 市民教育の必要性

日本における院外心停止は年間で約9万人、救急車到着までの時間は平均10分です³⁾。市民の方による119番通報、迅速な心肺蘇生、AEDを使用するというのがキーになります⁴⁾。病院での治療に効果がないというわけではなく、病院に到着する前、その場に居合わせた人の行動がいかに大切かという

ことです。プロフェッショナルの先生方が病院で「よっしゃ、(心停止)来い！」といくら全力で待っていても、病院に到着したときには心停止発生からすでに何十分も経過しています。その時点ではもう遅いです。繰り返しになりますが、病院に到着する前にどれだけ救命救急処置をしてもらっているのかというのがキーになっています。

● ステートメント

ステートメントは循環器領域の医療従事者や研究者はもちろんのこと、教育関係者の方々、スポーツ関係者、行政職、そして市民にも読んでいただきたいと考えています。心停止は「いつ」「どこで」「誰に」でも起こりえます。学校の中でも起きます。ですから、小学校、中学校、高校、大学の先生方にも読んでもらいたいです。またスポーツ中にも心停止は起きます。2025年2月にあった大阪マラソンで心停止が起きましたが、そばに居合わせた人たちの救命処置で無事に社会復帰に至っています。そのようなスポーツイベントを開催する方たちにも読んでいただきたいし、行政で地域の医療システムに関わる、仕組みを作るような方たちにもぜひ読んでいただきたいです。なおかつ、自分自身も心停止になるかもしれないから、市民にとって広く読んでもらえるようなものにしたいと作成しました。

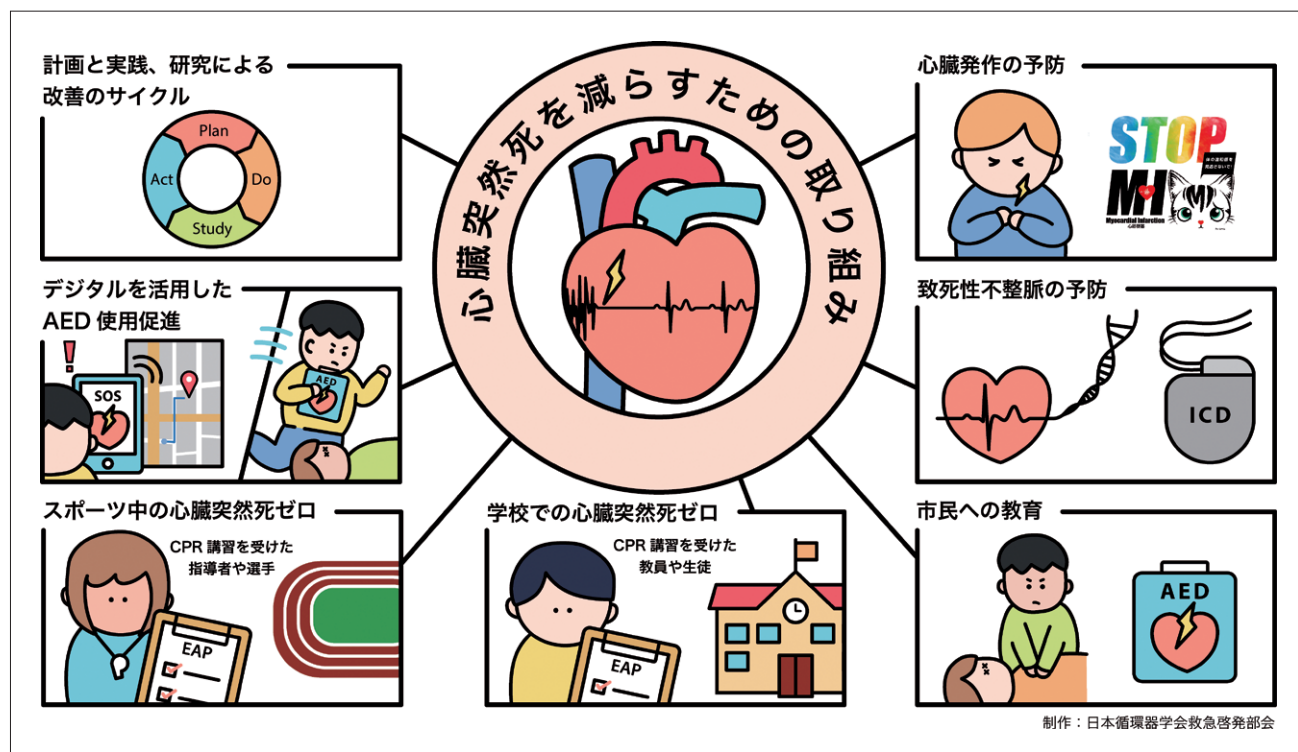


図 1

なお、ステートメントは全7章からなり、以下のような4本立ての構成で記述されています。

1. 日本の状況を含めた国内外のエビデンス
2. 事例
3. 政策への提言
4. 今後の課題

1つ目は心臓突然死の日本の現状や世界のエビデンスなどを取り上げています。2つ目に日本で先駆的に行われている介入の事例を紹介します。3つ目は市民の意識向上やシステム改善のために、どのような政策を提言していったらよいかを、4つ目に今後、どのような研究やエビデンスが求められているのかを盛り込みました。

今回のステートメントを表すイラストです(図1)¹⁾。この場で全7章を説明すると時間が足りませ

るので、もし「明日の朝までかかってもいいから聞いたら」と全部聞いてくださる方はぜひご連絡ください。熱く語りますので、お付き合いのほどをよろしくお願いいたします(笑)。

本日は時間の都合上、第3章「市民への心肺蘇生教育」の一部である政策への提言のうち「CPRを当たり前に行う文化・社会の醸成」を中心にお伝えします¹⁾。

● 女性へのAEDの使用は訴えられる？

女性へのAEDの使用に対してはX(エックス)上で定期的に炎上しているネタで、皆さんも知っておられることでしょう。ステートメントの中でも先行研究では、「女性の心停止患者は市民によるCPRやAEDが使われる機会が少ないことが示されている。別の研究によると、女性は不適切な接触を恐れ、男性は性的暴行やハラスメントの告発を恐れる

ことが、女性への CPR 実施の障壁になっていると示されている¹⁾と書かれています。このことを受け、政策への提言では、善意で行った救命処置は刑事罰も民事責任もないという正しい情報を繰り返し伝えていかなければならないと述べています。「命は法律によって保護される利益の最高位にある」ということを専門家が発信し、講習でも繰り返し伝える必要があります。医師をはじめ医療従事者は実際に心停止の方を見ているので、心停止で人が倒れたらどうなっていくのか、顔色が土色になって冷や汗をかいて、目の前で刻一刻と命がなくなっていくという情景がわかっています。ただ市民の方は見たことがないので、その状況が想像できず、「知らない女性に触って、胸を露出して AED を使ったら訴えられる」などの間違った情報が拡散されていきます。ですから「いやいや、そんなことないって！心停止で人が倒れたら、目の前で土色になって明らかに「やばい」状況に直面します。死にかけているような様相の人に、じゃあちょっとおっぱい見たろうかって思いますか？」というようなことを、先生方から市民の方々に問いかけてもらいたいです。「女性の服を脱がせて AED を使うと、胸が見えてしまいセクハラで訴えられる」という誤解に、「そうじゃないっ！そんなレベルの状況ではないんです。命がかかっていて、それどころではない！とにかく助けることが最優先です」と言っていたきたいです。曖昧な表現ではなく、リアリティを含め正しい知識を説明していかないといけないということは、ステートメントの中でもしっかり書いています。

● 心肺蘇生をやって当たり前の文化・社会の醸成

もう一つが教育です。助けるのが当たり前、助けてくれた人に感謝をするという文化を醸成する教育も必要です。「命を助けてくれてありがとう」という気持ちはみんな持ち合わせていると思いますが、今以上にもっと当たり前になるといいですね。しかし、なぜかネットになると厳しい口調になったり、

どうしてこんなことを言うのだろうという発言が散見されます。「みんなでやろうよ」というような文化を作り、助け合える人が増えていけばいいなと思います。

子どもの頃に両親や幼稚園の先生から「やけどしたら流水で冷やす」と教えられたように、心停止の時や人が倒れたら、声をかけて心肺蘇生を行い、AED を使うことが当たり前の文化や社会ができればいいなという思いもステートメントに込められています。

国内に約 69 万台ある AED は魔法の箱ではありません。使わず置いてあるだけでは単なる箱です。それを使える人を一緒に育てていってこそ、初めて役に立つ AED になりますので、そのこともステートメントで強調されています。

● 無料でステートメントは読めます

日本循環器学会のホームページでは、日本語版¹⁾と英語版²⁾のステートメントを無料でダウンロードしていただけます(下記 QR コード)。

英語版は Circulation Journal に掲載されております。日本語に訳すときに私たちが力を入れたことは、冒頭にお伝えしたように学校の先生方、スポーツ関係者、行政職、そして市民の方々にも読んでいただきたいと思ったため、内容や表現を少し平易な言い方に変え、英語より少し文脈を補足し理解しやすいようにしました。また文字が小さいと読みにくいと思い、文字を大きくし、文字の間隔も開けたりしつつ、イラストを入れて飽きないような工夫もしておりますので、ぜひ読んでいただきたいと思います。

では、手に持って準備してもらっていたスマホで QR コードを読み込んでください。そうすると、英



心臓突然死を減らすための取り組みに関するステートメント

語版と日本語のサイトにつながります。どちらでも結構ですので、ぜひダウンロードをしていただき、時間があるときに読んでいただき、そしてこれ

を広く皆さんの周りの方々に薦めていただければと思います。

● おわりに：こうすればええがね！

- ・正しい情報を専門家が繰り返し伝える
- ・心肺蘇生を当たり前に行う文化・社会の醸成のために教育を行う
- ・ステートメントを読んで、周りに薦める

文 献

- 1) 日本循環器学会：救急啓発部会：心臓突然死を減らすための取り組みに関するステートメント「市民意識の向上による心臓突然死減少へのアプローチ」. https://www.j-circ.or.jp/cms/wp-content/uploads/2025/03/Statement_JA_A4.pdf
- 2) Nishiyama C, Yoshimura S, Taniguchi T, et al : Strategies for Reducing Sudden Cardiac Death by Raising Public Awareness - A Statement From the Education

- and Implementation for Cardiac Emergency Committee of the Japanese Circulation Society-. *Circ J* 2025 ; **89** : 394-418
- 3) 総務省消防庁：令和6年版 救急救助の現況 I 救急編. https://www.fdma.go.jp/publication/rescue/items/kkkg_r06_01_kyukyu.pdf
 - 4) Stiell IG, Wells GA, Field B, et al : Advanced cardiac life support in out-of-hospital cardiac arrest. *N Engl J Med* 2004 ; **351** : 647-656