

校内研修 ～応急手当について～

平成30年7月25日(水)

保健環境委員会

先日は、お忙しい中お疲れ様でした。生徒一人一人の命を預かる身として、職員全員が身に付けておきたい内容だったのではないのでしょうか。また、今回の研修で学んだことを、いざという時(ないに越したことはありませんが・・・)に生かしていただけると幸いです。実際に119番通報をし、通信指令室の方と会話をしながらの救命処置など、とても有意義な時間になりました。

救命の連鎖(四つの輪)



消防署の方に
いただいた冊子
をよく読んであき
ましよう

最も危険なのは、心臓・呼吸が止まってしまうことです。危険な状態にある人を助けるには、側に居合わせた人が応急手当(救命処置)を行うことが重要になってきます。上記の四つの輪の中で、私たちは一時救命処置(救急隊が来るまで)の3つまで関与することができるのです。この一時救命処置によって、止まってしまった心臓や呼吸の動きを助けることにつながるのです。

根上中学校は、幸いにも消防署が近くにあり、通報から3～4分(全国平均は8分)で救急隊員が到着します。しかし、到着までの4分間何もせずただ救急隊員を待っているのは助かる可能性は20パーセントまで落ちてしまいます。今回研修で教えていただいた心肺蘇生とAEDを使うことで生存率は40パーセントまで上がります。全国で年間6万人もの人が心臓突然死でなくなっています。いつ何時、どこで誰に起こるか分からないからこそ怖い心臓突然死です。常に心構えと備えをしておきたいですね。

熱中症について



連日暑い日が続いていますが、部活動での熱中症対策はできていますか?十分な対策をしても、その日の生徒の気分や体調によって起こってしまうこともあります。熱中症の疑いがあるときは、直ぐに以下の対応を取ってください。また、重症化が見られたり、突然意識を失ってしまうなどの症状があった場合には、校長先生に連絡し、119番に通報しましょう。“「どうしよう」と迷った時には通報してください。”と救急隊員の方も仰っていました。とにかく、一番優先すべきは『生徒の命』です。

お茶や水だけではなく、スポーツドリンクや塩分を含んだ水分補給をする。

大量の汗や赤い顔(発汗無も)をしている場合も熱中症の可能性があるので、大きな動脈(首の後ろ・脇・足の付け根)を冷やす

霧吹きをかけ熱を放散させる。

涼しい場所に移動させ、衣服を緩める。

熱中症予防として、15～20分に1度の休憩やいつでも水分補給できる環境の確保、風通しを良くする・日陰を作るなどの対策をお願いします。