



みなさんの中で、実際に自分で救急車を呼んだことがある方は少ないのではないのでしょうか？

目の前で急変するのが自分の子どもとは限りません。救急車の上手な呼び方のポイントをいくつか挙げてみます。

- ① とにかく落ち着いて。119番をコールすると、「救急ですか？ 消防ですか？」聞かれますので、「救急です！」と伝えて、まずは現場の住所を伝えましょう。救急車が早く出発できます。
- ② 先ほどのPATを思い出して、あなたの第一印象をできるだけ伝えましょう。
- ③ お子さんの名前、年齢、体重を分かる範囲で伝えましょう。
- ④ 通報者の名前と連絡先を伝えましょう。場合によっては通話をそのままにするように言われて、救急隊から心肺蘇生などの指示をされる場合もあります。
- ⑤ 救急車が到着したら状況や普段の様子が分かる人が必ず同乗してください。急変の経過のメモがあるとさらに便利です。
- ⑥ 救急車に乗るときと一緒に持参すると良いものは、財布、携帯電話、保護者ならさらにお子さんの健康保険証、母子健康手帳、乳幼児医療受給者証、診察券、着替え、おむつ、哺乳瓶、お薬手帳、などになります。

場合によっては自分がたまたま子どもの急変の現場に居合わせて心肺蘇生処置(CPR)をしなければならないかもしれません。

救急隊が到着するまでの数分間のバイスタンダー(現場に居合わせた人)によるCPRが、お子さんの予後や生存率を左右すると言われています。インターネットでトレーニング動画を見たり、蘇生講習会に参加したりして、普段から定期的に練習していざという時に焦らないことが大切です。

- ① もし現場が屋外だった場合は、まず周囲の安全を確認します。
- ② 大きな声で呼びかけたり肩をたたいても全く反応がなければ、周囲に助けを求めて119番通報をお願いしたり、自動体外式除細動器(AED)を持ってきてもらいます。
- ③ 呼吸をしているか、下顎を挙げてパクパクするような弱い呼吸ではないか、脈は触れるかを10秒以内にチェックします。
- ④ 呼吸も脈もなければ(はっきり分からなければ)すぐにCPRを開始、胸骨圧迫と人工呼吸を30回:2回(2人いれば15回:2回)のサイクルで行います。
- ⑤ AEDが到着次第、装着して、あとは音声指示通りに、必要であればショックをします。
- ⑥ AEDは装着したまま、救急隊が到着するまでは一切中断することなくCPRを続けます。

小児心停止例に対するBLSアルゴリズム(1人法)

