

救急対応マニュアル

①心肺蘇生の手順

運動による突然死は心臓を中心とした循環器系のアクシデントによるものがほとんどである。プレー中に選手が突然倒れた場合、現場にいる人が迅速に対応することで尊い命を取り留めることができる。ボールが胸に当たったり、相手選手との接触プレーで胸部に大きな外力が加わったりしたときは、すぐにプレーを止めて選手の状態を確認すること。

胸（特に左胸）に激しくボールが当たることで「心臓震盪」と呼ばれる不整脈を引き起こすことがある。衝撃を受けてから、数秒から10秒くらいしてから倒れることが多い。心臓震盪では致命的不整脈から心停止へと移行するため、一刻を争う重篤な事態となる。その際の、心肺蘇生の手順を以下に説明する。

1 心停止の即時認識と救急車の要請

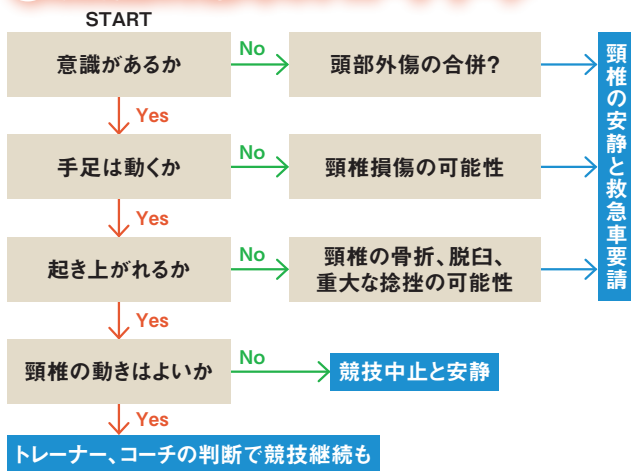
2 胸骨圧迫に重点を置いた迅速な一次救命処置(100回/分で30回の胸骨圧迫+2回の人口呼吸)

3 AED(自動体外式除細動器)を用いた除細動

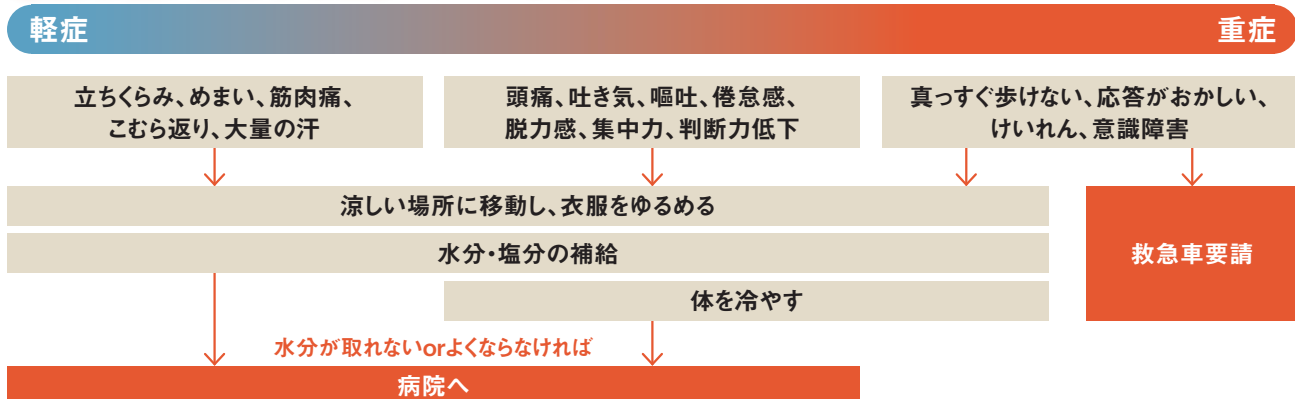
②ショック症状

ショック症状は大量出血や、循環器系のアクシデント（心筋梗塞、不整脈、心臓震盪など）による心不全、ハチ毒や食物、薬剤などによるアナフィラキシーショックなどで発症する。症状は顔面蒼白・浅い呼吸・脱力状態・冷や汗・脈が弱くなるといったことが見られる。基本的に医療機関での救急処置（補液や昇圧剤の投与など）が必要となるため、ドクターや救急隊へ連絡し、楽な姿勢（仰向け）で救援を待つ。その際、気道を確保してえりもとを広げ、両足をクッションなどの上に乗せて心臓よりも高い位置に置く。心肺停止の場合は一次救命処置と人口呼吸を行う。

③頭頸部外傷時のフローチャート



④熱中症が疑われるときのフローチャート



⑤雷対策

■スポーツの中止

- 1 雷注意報と落雷予測情報をチェックしておく
- 2 上空に厚く黒い積乱雲が広がるとき
- 3 雷光、雷鳴、遠くでかすかにでも雷鳴が聞こえたとき

■スポーツの再開

- 1 最後の雷鳴が聞こえてから30分経過
- 2 気象台確認

■落雷時の応急処置

- 1 ただちに心配蘇生法CPR、胸骨圧迫(心臓マッサージ)
- 2 AED(自動体外式除細動器)
- 3 沿面電流による皮膚の火傷はⅡ度であり、放置しても治癒