

そもそも部活やサークルってどんな仕組み?

全学サークル

・医学部以外にも

教育学部 经法学部

農学部繊維学部

工学部 人文学部

理学部

など、全学生が入部できる

バリエーション豊富 学部の壁を越えた広い つながり

医学部サークル

・入部できるのは

医学部の学生のみ

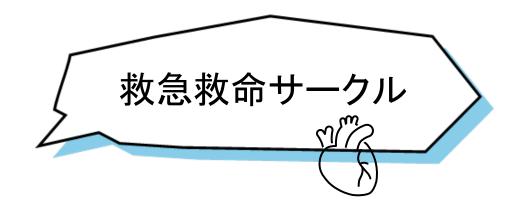
医学科 保健学科

SALTs!I&CC

医学部の縦のつながり 医学部のカリキュラム に対応 SALTs!ってなに?

Shinshu Advanced Life support Teams!

信州大学高次的救命千一厶





医学部サークル

- 一般的な
 - •運動部
 - •文化部

+医療系サークル

- ■わらわら(長野医ゼミに参加する会)
- ▪MESS(医学英語)
- Medical Health(健康増進エクササイズ)
- •SALTs

医療系サークルで 実技をメインで特訓 できるのは SALTsのみ!

SALTsの主な活動

- 1トレーニング
 - ·BLS
 - ·ALS(気管挿管、心電図モニター)
 - ·窒息解除
 - ·体位変換
 - ・トリアージ
 - ・ファーストエイド
 - ・エコー
- 2普及活動

銀嶺祭、民医連との協力など



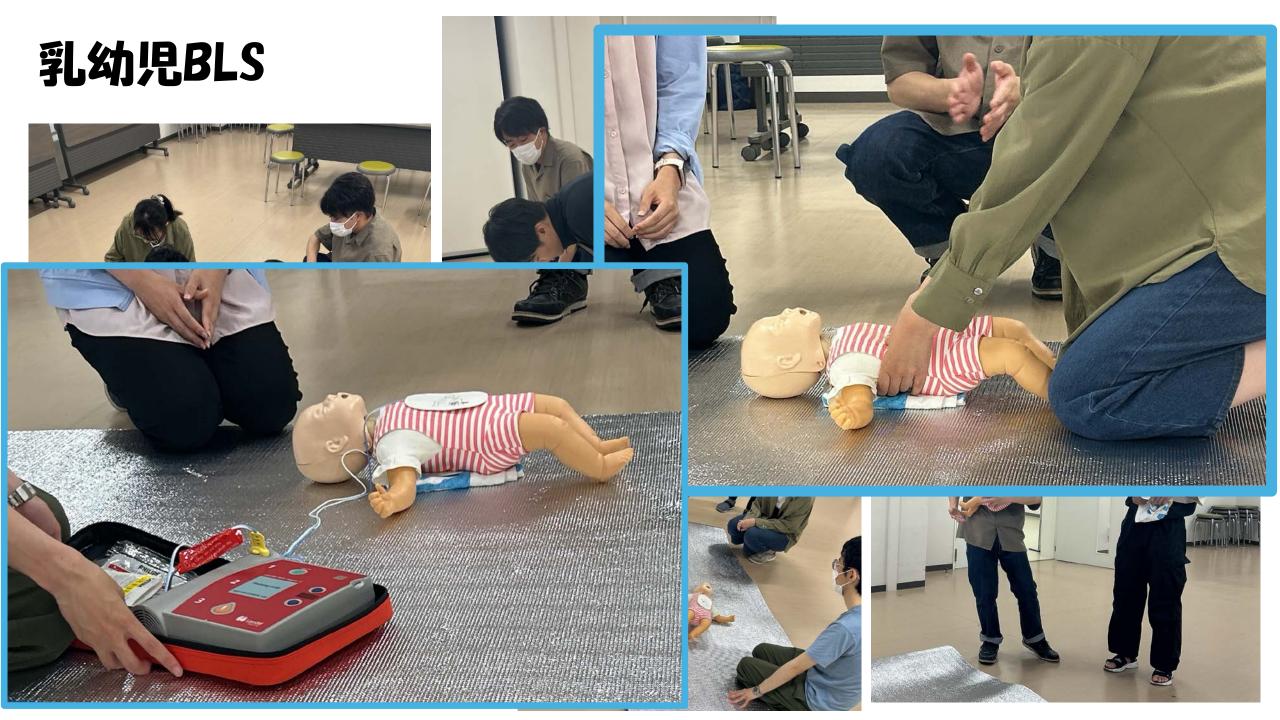
1トレーニング

BLS…Basic Life Support:一次救命措置

倒れた人を、その場にいる市民が助け命をつなぐ行為



心肺停止、呼吸停止に対して、 専門的な器具や 薬品などを使う必要はなく 正しい知識と 適切な処置の仕方さえ 知っていれば 誰でも 行うことができる処置



ALS…Advanced Life Support:二次救命措置



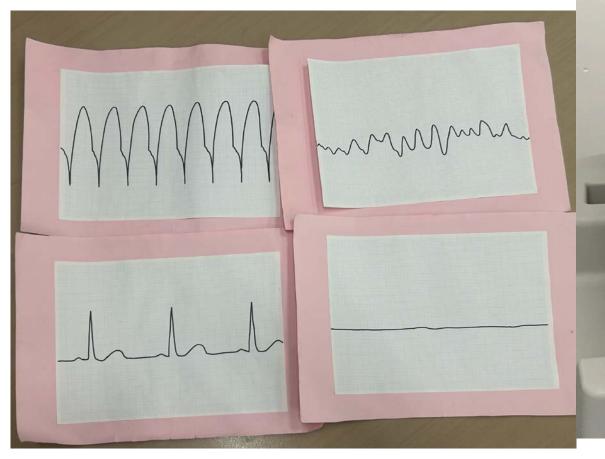
救急隊員や医療者などが行う専門的で高度な医療行為

BVM(バックバルプマスク) 気管挿管 心電図モニター





心電図モニター







体位変換(回復体位、うつ伏せから)







2 普及活動

一般の方にBLSを広めて少しでも早い処置につなげる



民医連との協力…外部自治体との合同講習会





BLS(一次救命措置)

Hands-only BLS





本日の内容は全て 厚生労働省(日本救急医療財団)より 公開されている「救急蘇生法の指針2020」 に基づきます

救命の連鎖→社会復帰



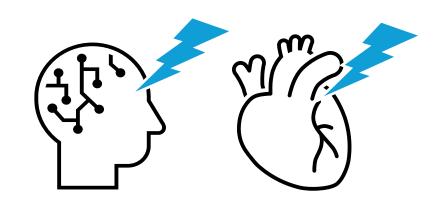
図2 救行

救命の連鎖

心停止:心臓が止まっていて、呼吸もしていない

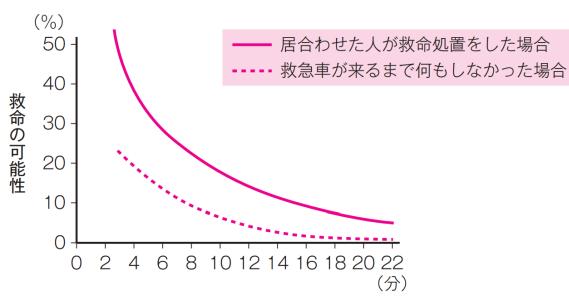
酸素が入った血液が体に回らないと、 臓器がダメージを受けて元に戻らなくなってしまう

なかでも重要な臓器は 脳と心臓!!



心臓マッサージを行うことで…

- ・脳に酸素を運ぶことができる
- ・AEDによる心拍再開の効果を高める



心臓が止まってから救急隊による電気ショックまでの時間 (心室細動例)

図3 救命の可能性と時間経過

救命の可能性は時間とともに低下しますが、救急隊の到着までの短時間であっても、現場で救命処置をすることで高くなります

→救命率の向上

救急車が現場に到着するまで

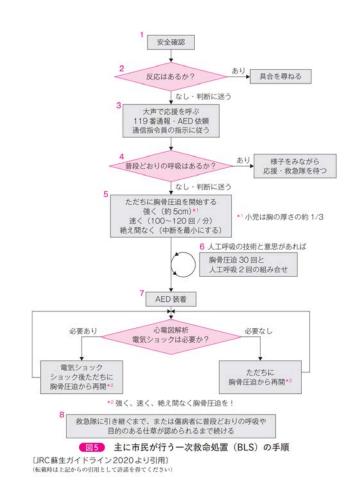
10.3分

(全国平均 R5 総務省)

BLSの手順

傷病者の発見

- →1.安全確認、感染防護
 - 2.反応の確認
 - 3.応援要請
 - 4.呼吸の確認
 - 5.胸骨圧迫、AED
 - 6.救急隊への引継ぎ



1.安全確認、感染防護

まずは自身の安全の確保

車が通る 上から物が落ちてくる 危険な機械 異臭がする(煙、毒物など) 火事 感電 刃物をもった不審人物



安全が確認できてから 近づく 出血がある、傷口 嘔吐、唾液 失禁





手袋、ビニール袋、 マスクなどを装着し 感染源となりうる体液に 触れないようにする

2.反応の確認

両肩をたたきながら 両耳に大きな声で呼びかける



反応あり(目的のある仕草) →そのまま観察

反応なし、判断に迷う →ただちに3.応援要請



図6

反応を確認する

3.応援要請



大声で叫び応援を呼ぶ

応援を呼ぶ「だれか来てください!」

→119番通報 AED できるだけたくさんの人を集める

+必ずここに戻ってきてください

4.呼吸の確認

胸と腹部の動きで呼吸を確認する (10秒以内)

○見て、聞いて、感じて

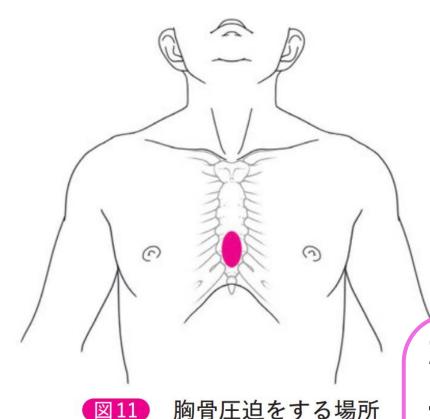
普段通りの呼吸 →他の処置



図10 普段どおりの呼吸があるかどうかを観察

動きがない、よくわからない しゃくりあげるようなあえぎ呼吸(死戦期呼吸) →ただちに5.胸骨圧迫、AED

5.胸骨圧迫、AED



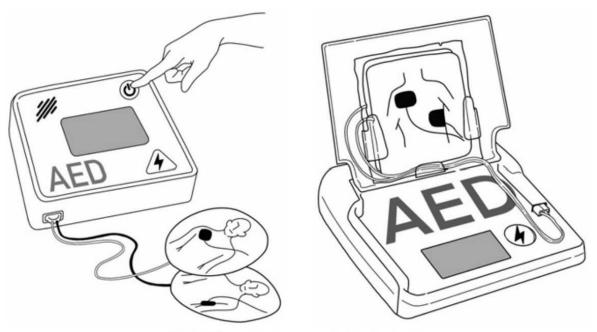
強く 5cm沈む程度

速く 100~120回/分

絶え間なく なるべく中断がないように(10秒未満) **しっかり戻す**(圧迫解除)

質を保つため、1~2分を目安に交代するとベスト

5.胸骨圧迫、AED



AED:自動体外式除細動器 心電図を自動解析

→ショックが必要か自動で判断してくれる

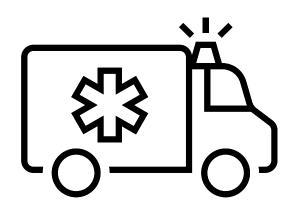
図20 AEDの電源を入れる

AEDが到着したらすぐに開ける 電源を入れたら音声ガイドに従うだけ!



胸をはだけて電極パッドを肌に貼り付ける

6.救急隊への引継ぎ



- ・救急車が到着すると、救急隊員が胸骨圧迫の 交代など声掛けをしてくれる
- ・それまでは胸骨圧迫をあきらめずに続ける

救急隊の質問にわかる範囲でできるだけ正確に答える

発見時の状況 行った処置 経過時間 現在の状況 まとめ

臆せず行動することが大切!
いざという時に、勇気をもって覚えている救命措置を
少しでも実施してください
(119番通報は忘れずに)

それでは実際に示モンストレーションをするので、 先程の説明を思い出しながらイメージしてご覧ください!

ご清聴ありがとうございました!

講義室Cにて 13:30まで BLS体験できます! お時間あればぜひお越しください