



「健康コラム」

病気と予防のお話し ～JCHO 船橋中央病院から～

第12回 救命の連鎖について

総合診療・救急科 大塚 恭寛 先生

突然の心停止から患者さんの命を救うために必要な一連の行動を「救命の連鎖」と呼びます。これは「心停止の予防」「心停止の早期認識と通報」「一次救命処置（心肺蘇生とAED）」「二次救命処置と蘇生後の集中治療」の四つの輪で構成されるもので、患者さんの突然死を回避するためには、この四つの輪が途切れることなく鎖のようにつながることが必要です。特に一つ目の輪である「心停止の予防」は、一般人のどなたにでもできる行動と言えます。成人の突然死の原因としては心筋梗塞・脳卒中などが代表的ですが、これらの疾患の背景には高血圧・糖尿病・高脂血症などのいわゆる成人病が潜んでいることが多く、生活習慣の改善により突然死を防げる可能性が高まると言えるでしょう。また高齢者や小児では、食事時の誤嚥による窒息・入浴中や遊戯中の溺水など、日常生活におけるありふれた行動の最中の突然死が多く認められますが、これらは家族の誰かがあと少しでも注意を払ってさえいれば防ぎ得た突然死と言えるでしょう。以上のように常日頃からの心がけひとつで、誰にでも救命の連鎖の一つ目の輪を形作ることができるということを、ぜひとも認識して頂きたいと思えます。