



リトルアン2.0 QCPRとAEDトレーナー

構成品:

- リトルアン2.0 QCPR 6体*
- AEDトレーナー3/パック×2*
- AEDトレーナー搬送バッグ
- *QCPRアプリ対応



詳しくは
こちらから



よりスマートに操作できる講習会用ソリューション。効率性、サステナビリティ、使いやすさを追求した最新型です。リトルアン2.0 QCPRとAEDトレーナー、QCPRアプリを組み合わせると、インストラクターは講習準備が軽減するほか、人命救助トレーニングのインパクトも高められます。

企業内でのCPR研修を考える

企業内で行われるCPR研修は社員の命を守るだけでなく、

その社員の家族や、地域の人々の命を守ることもつながっている。

今回、大牟田市立病院救急科部長の伊藤貴彦先生を講師に、一般企業での研修方法を検証した。

職場での救命救急講座に 最新型リトルアンを活用

今回講習会に協力してくれたのは、福岡市で“いざというときの暮らしの質向上”を考えたいという防災士が集まった「いざときライフ研究会」。同会が、福岡市内の大手企業の社員を対象にCPR研修を実施した。

参加者5名のうち、初めて体験するのが3名、2回目というのが2名。いずれもQCPR^(※1)の新型リトルアンとアプリを連動させたトレーニングを受けるのは初めてということだった。講師を務めた伊藤先生は、福岡県南部の拠点病院のひとつ大牟田市立病院の救急科の部長として救命救急に携わり、同時に、市民への訴求のために講師としても活動している。

いきなり2分間の胸骨圧迫を体験

「皆さんは119番に電話をしてから、救急車が到着するまでにどのくらいかかるといいますか？」

伊藤先生の講習はクイズからスタート。参加者からは「5分?」「10分?」という答えが返ってきたが、「福岡市の場合、平均は約8分(令和4年/8分34秒)となっています。つまり119番して8分間は現場にいる皆さんで対応することが求められるんです」と伊藤先生。

その8分間を体感してもらうため、1人に1体用意されたリトルアンを使って、2分間の胸骨圧迫にトライしてみることに。

に。「まずは、何も考えずに2分間、頑張ってみましょう!」と、伊藤先生はタイマーを2分にセットした。1人で2分間胸骨圧迫することがどのくらいものなのか最初に体験することで、いっきに受講者の集中力があがっていく。伊藤先生はリアル感を出すために受講者に状況をアナウンスしていく。

「15秒たちました(参加者から「え〜」という声が挙がる)。…30秒経過。1分…1分30秒経過しました。救急車はまだのようですね。あ、もうすぐ救急隊がやってきます」

そして、2分経過。受講者の中にはすでに息があがっている人もいた。

「2分間でも疲れましたよね? 救急車が来るまであと6分。つまり1人ではとても続けられないということです。そこで大切なのが、仲間をすぐに呼ぶことです」

講師:伊藤貴彦先生
大牟田市立病院救急科部長・診療情報管理室長。日本救急医学会専門医、日本麻酔科学会指導医・専門医、麻酔科標榜医。

(※1) QCPR
Quality CPR 質の高いCPR



チームプレイでCPRに向き合う

続いて伊藤先生は、目の前で倒れていた人がいた場合にとるべき大切な行動、「見て」「聞いて」「感じる」ことについて話を進めた。



を進めた。

「まず、大切なのは呼吸の確認です。顎を少し持ち上げて、耳を近づけて視線はお腹のほうへ。胸が上下して

いるか確認します。次に耳を口元に近づけてハアハアという呼吸音を聞きます。最後に吐息が返ってきているかを感じることです。まず10秒間かけて呼吸の確認をしましょう。呼吸がないときには心臓が止まっているということ。イコール、即、胸骨圧迫を開始してください!」

受講者は胸骨圧迫のリズムや深さなどのレクチャーを受け、胸骨圧迫とチームでの取り組みについて検証した。

このときに伊藤先生からアドバイスされたのが、胸骨圧迫の「質」についてだ。

「2分間の胸骨圧迫で皆さん、へとへとになりましたよね。疲れると胸骨圧迫の質は落ちてきます。なかなか5cm押せない。スピードが保てない。これが一番心配なわけです。だから何人かが集まって交代しながら、質を担保した胸骨圧迫をしてほしい。救急車が来るまでチームで頑張ってもらいたいです」

ここで「質」を確認するために、リトルアン2.0のQCPR機能が活躍することとなる。

“見える化”で参加者の満足度が上がる

胸骨圧迫の「質」は、速度と圧迫の深さ・もどしにある。まずは速度について見てみよう。モニターに映ったQCPRアプリのピストン状の表示は、受講者の胸骨圧迫の「速度」「力」を表す。今回伊藤先生はメトロノームを持参して、1分間に100～120回の胸骨圧迫を受講者に感じてもらったが、それでも続けるうちに速度が遅くなったり、逆に速くなってしまふ。その際、モニター上の計時の針が最適値に入っていないことが一目瞭然に把握できるのは、受講者の興味を引いた。

「もうひとつ大事なのが、圧迫の深さともどしです。心臓は

普段どっくんどっくんと、縮まっては広がる。押しっぱなしだと心臓の中に血液が戻ってこなくなるので、押すだけではなく、広げる(上にもどす)ことがとても重要なんです」と伊藤先生は語った。受講者にとって「押すこと」には集中しやすいが、「もどす」意識がなかなか分かりにくい。アプリを使うことでこの「もどし」を明確にできることは、一般向けの講習会において、より有効といえるだろう。

AEDをプラスしたトレーニング

この日は胸骨圧迫のトレーニングのほかにもAEDの使い方ともレクチャーされた。AEDとCPRを同時に行うときのポイントとして、伊藤先生からは「皆さんは今AEDを使うことに気を取られていて、ここに倒れている要救護者のお人形は



ほったらかしになっていました。AEDを使うときも胸骨圧迫を止めないこと! これが大事です」とアドバイスされていた。

今後の企業研修トレーニングに期待

企業内で研修する意義はいろいろあると伊藤先生は話す。「事務所内で人が倒れた場合、どこにAEDがあるか、事務所内の通路はストレッチャーが通れるのか、救急車はどう誘導するかなどの検証もしておくといいでしょう。企業はBCP(※2)の観点からも、今日のような胸骨圧迫とAED研修を取り入れ、総合的に考える必要があると思います」

BCPは災害やテロなどの緊急事態だけでなく、社員が倒れたときにどう対応するかも重要なポイントとなる。事業継続をするうえで社員は必要なリソースだからだ。

見える化がブラッシュアップされたリトルアン2.0QCPRを使ったトレーニングなら、社員ひとりひとりが自分のCPRの質を確認しながら実践できる。企業研修のプログラムとしても期待されそうだ。

(※2)BCP
事業継続計画(Business Continuity Planning)