

TSURUMI's special edition
「AED(自動体外式除細動器)」

健康管理センター

日本人死因第1位!

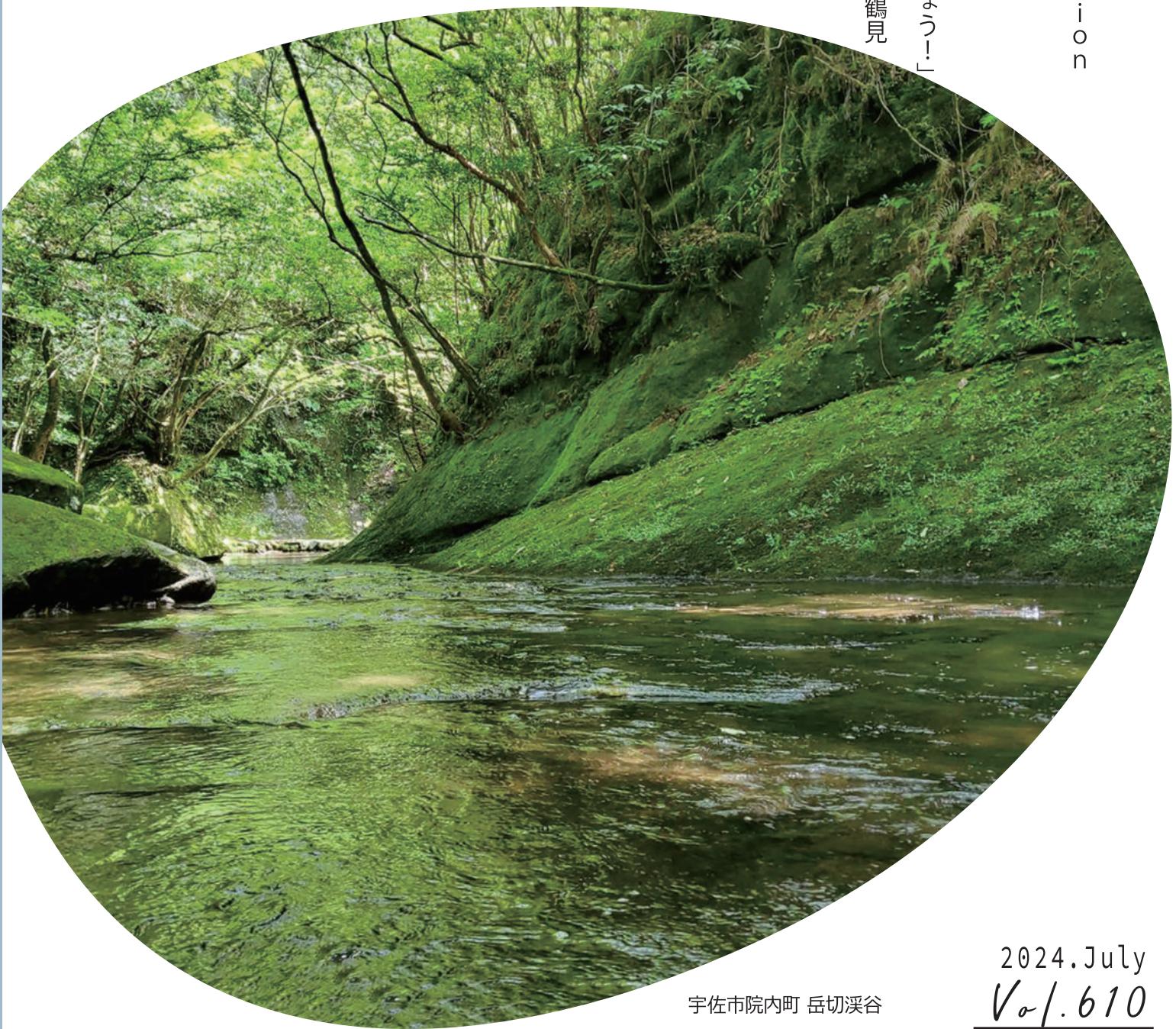
「がん」について、正しく知りましょう!」

介護老人保健施設 シエモア鶴見
「お誕生日会」

人権「ラム

「公平と平等について」

すこやか
Sukoyaka



宇佐市院内町 岳切渓谷

2024.July
Vol.610

広報誌「厚生連だより」

AED(自動体外式除細動器)

臨床工学技術科主任 尾立 拓弥



AEDとは

AED(自動体外式除細動器)とは、「Automated External Defibrillator」の頭文字をとったもので、心臓が痙攣し血液を流すポンプ機能を失った状態(心室細動)になった心臓に対して、電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。2004年7月より医療従事者ではない方も使用できるようになり、空港や駅、公共施設等人が多く集まるところを中心に設置されています。音声案内で装置が患者さんの心電図を解析して電気ショックが必要かどうか判断し、電気ショックが必要と判断した場合、あらかじめ設定したエネルギー値まで自動的に充電され、表示されるガイドによって電気ショックを行います。



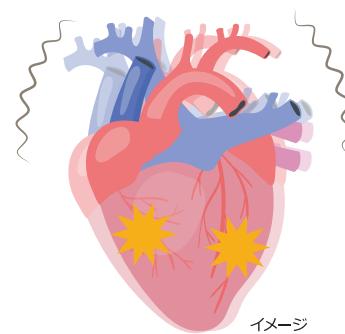
心室細動とは



心室細動

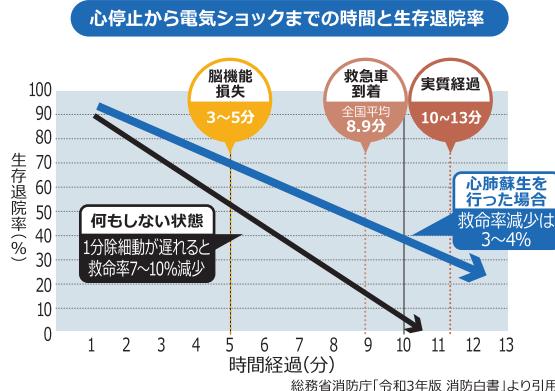
正常なリズム

心臓を動かしている電気系統(心臓の筋肉の一部から発信された微量の電気が伝わる仕組み)が何らかの原因で混乱すると、リズミカルな収縮が行えなくなります。とくに心臓の血液を全身送り出す場所(心室)がブルブル震えて(細動)、血液を送り出せなくなった状態(心停止状態)を心室細動とよびます。この心室細動が起こると、脳や腎臓、肝臓など重要な臓器にも血液が行かなくなり、やがて心臓が停止して死亡してしまいます。心臓が原因の突然死の多くは、この心室細動を起こしています。

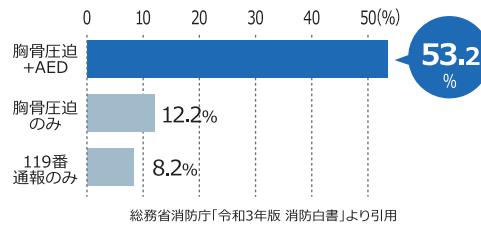


一刻も早いAEDを

右のグラフは心停止から除細動を行うまでの時間と、生存退院率を示したグラフです。通報してから救急車が到着するまでに平均で8.9分かかります。何もしない場合1分毎に救命率は7~10%減少していきます。さらに、脳機能の損失は心停止後3~5分といわれているため、一刻も早い救命処置が後遺症のリスクを減らします。ですので、AEDが届き次第すぐにショックをしましょう。



心原性でかつ心停止の時点が一般市民に目撃された症例25,538件のうち、助かった確率(1ヶ月後生存率)



救急車到着前の一般市民による
胸骨圧迫(心臓マッサージ)とAED使用が重要

そしてAEDだけでなく、胸骨圧迫併用して行うとさらに救命率が上がります。このグラフから胸骨圧迫との併用が53.2%と大幅に救命率が増加しているのがわかります。

AEDの使用の流れ

①倒れている人を発見したら、意識の確認。



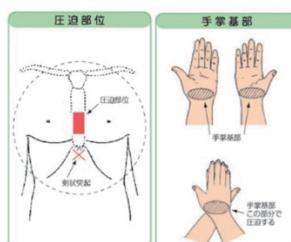
②助けを呼ぶ(AEDを持ってきてもらう)。

③呼吸を見る。



胸部と腹部の動きの観察に集中し、
普段どおりの呼吸の有無を確認
※普段どおりの呼吸の有無=心停止の判断
※10秒以上かけないようにします。
※死戦期呼吸は呼吸なしとみなす
※普段どおりの呼吸があれば、回復体位

④意識なければ、胸骨圧迫。



100回/分のテンポで30回押す。

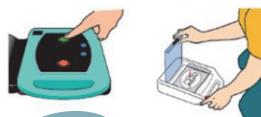
⑤30回押したら、2回人工呼吸をする。
繰り返す。(失敗しても呼吸は2回でやめる)



⑥AEDを操作する。

電源を入れる

ボタンを押すタイプ
ふたを開けると電源の入るタイプ



電極パッドを貼り付ける
パッドのイラストどおりに貼る



※パッドを貼る部分が
水に濡れている場合
などはふき取ります。

心電図の解析中は離れる



除細動の指示があれば、
電気ショックボタンを押す



※音声メッセージに従って、解析を妨げないように傷病者から離れます。

⑦ショック後も蘇生繰り返す。

Q
どのくらいの
エネルギー?

A.一般的には、150～360Jです。
非常に強い電気です。ショックボタンを押す際は、離れて倒れている人に触らないようにしましょう。



Q
体が濡れても
大丈夫?

A.真夏日が続き、海水浴やプールなど機会が多くあると思います。AEDを貼る際はしっかりタオルなどでふき取り、パッドが密着するようにしてください。

Q
妊婦さんに
AEDは使用して
いいの?

A.もし倒れている人が妊婦さんの場合、電気ショックが胎児に悪い影響を及ぼすのではないかと心配になるかもしれません、妊婦さんが心室細動を起こしていれば、AEDによる電気ショック以外に救命する方法はありません。心肺停止状態が続ければ胎児への酸素供給も滞っていると考えます。胎児は腹部の羊水の中にいて、ショックのエネルギーが届いたとしてもかなり減弱しており、これまで感電等の事例の報告もありません。

まとめ

人が意識がないときAEDを使用するという認知があがり、知っている人も増えてきました。しかし、いざ自分が実際遭遇したとき躊躇してしまうかもしれません。練習や学ぶ機会がありましたら、是非参加してみてください。少しの知識と技術が救命につながる可能性があります。





「がん」の基本を知りましょう

日本人の2人に1人は、一生のうちに何らかのがんにかかるといわれていますが、もう少し詳しくいうと、男性の場合は3人に2人、女性の場合で2人に1人ということになります。また、がんによって死亡する人は、男性は4人に1人、女性は6人に1人ということになります。がんになる部位や、かかる年代もさまざまです。いずれにしても、がんが身近にある病気であることに変わりはなく、誰でもなる可能性があるということでしょう。

がんと診断された数の順位(2019年)

	1位	2位	3位	4位	5位
総数	大腸	肺	胃	乳房	前立腺
男性	前立腺	大腸	胃	肺	肝臓
女性	乳房	大腸	肺	胃	子宮

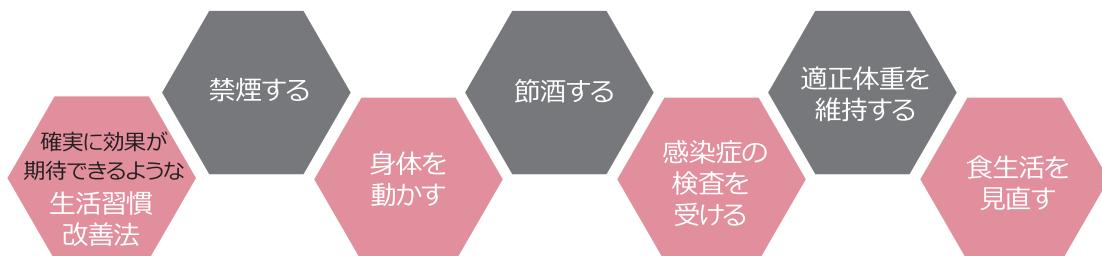
がんで死亡した数の順位(2021年)

	1位	2位	3位	4位	5位
男女計	肺	大腸	胃	脾臓	肝臓
男性	肺	大腸	胃	脾臓	肝臓
女性	大腸	肺	脾臓	乳房	胃



「がん」を予防するための生活習慣

日本人のがんの原因になっているものの多くは、生活習慣や感染に関係しています。生活習慣は自分で改善することもできるので、がんの予防にもつながります。国立がん研究センターをはじめとする研究グループでは、科学的根拠に根差したがん予防ガイドラインを、5つの改善可能な生活習慣に「感染」を加えた6つの要因を取り上げ、「日本人のためのがん予防法(5+1)」として定めています。



「がん」検診を受けましょう

がんは症状が出にくいことが多いので、自分では健康だと思っていても安心はできません。その一方、がんは早期発見・早期治療をすれば、完治する可能性も高い病気です。症状がなくても定期的にがん検診を受けて、早期発見に努めましょう。がん検診は、がんに負けないための効果的な対策です。

乳がん検診

40歳以上・2年に1回
問診および
乳房X線検査
(マンモグラフィ)

胃がん検診

50歳以上・2年に1回
問診に加え、胃部X線検査または
胃内視鏡検査のいずれか
当分の間、胃部X線検査に関しては
40歳以上・年1回の実施也可

子宮頸がん検診

20歳以上・2年に1回
問診、視診、
子宮頸部の細胞診

大腸がん検診

40歳以上・年に1回
問診および
便潜血検査

肺がん検診

40歳以上・年1回
質問(医師が自ら対面により行う場合は
問診)、胸部X線検査および喀痰細胞診
ただし喀痰細胞診は、原則50歳以上で
喫煙指数が600以上の人のみ。
過去の喫煙者も含む





シェモア鶴見では、毎月『お誕生日会』を開催しています。1階、2階それぞれのホールに利用者様が集まって、みなさんで今月お誕生日を迎える方をお祝いします。『お誕生日会』の日は特別メニューの昼食と、おやつにケーキと紅茶（またはコーヒー）で、少しリッチな気分を味わっていただきます。『お誕生日会』では、お誕生日を迎える方に今がんばっていることや興味のあること、これからの目標など、いろいろなことを話していただき、ささやかですがプレゼントをお渡ししてスタッフと一緒に写真撮影を行います。いつもはマスクで隠れているお顔ですが、写真撮影の際はマスクを取りて満面の笑みを見せていただけてとても温かい時間になります。

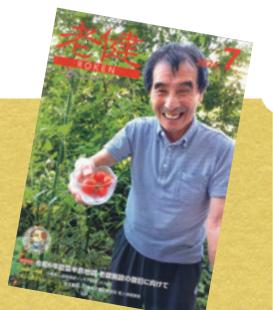
『お誕生日会』は、特別な日を皆さんと一緒に祝いすることで、利用者様同士の交流を深めるとともに、普段の生活に喜びと楽しさそして活力を与えてくれます。



Information

このたび、公益社団法人全国老人保健施設協会の機関誌『老健』7月号の「Close UP [老健]」に当施設シェモア鶴見の紹介記事が掲載されました。

機会があれば是非ご覧ください。



第76回 通常総会の開催

6月28日(金)、大分県農業会館で大分県厚生連の第76回通常総会が開催されました。開催にあたり壁村会長より、「新興感染症等の感染拡大時における医療」等が追加された第8次医療計画がスタートしたなか、厚生連全体で黒字決算となり事業計画を達成することが出来たことに対し、JAグループ各種団体をはじめ、関係諸機関の方々へ感謝の意を表しました。



総会の様子



挨拶をする壁村会長



議長をする矢羽田組合長

可決議案

- 第1号議案 「令和5年度貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、注記表、附属明細書及び事業報告承認に関する件」
- 第2号議案 「定款の一部変更に関する件」
- 第3号議案 「常勤役員退職慰労金の支給に関する件」

垣迫代表理事理事長就任あいさつ

この度、代表理事理事長に就任いたしました垣迫でございます。大分県厚生連は昭和23年に設立以来76年間にわたり、県下組合員や地域住民に支えられ、発展してきました。高度がん治療病院としての鶴見病院を中心に、保健・医療・福祉が連環したサービスの充実に努めてまいります。

今後も経営管理委員会会長のご指導のもと、厚生連のさらなる飛躍にむけ、役職員一同全力を尽くしてまいりますので、ご支援、ご協力のほどよろしくお願ひ申し上げます。

平等とは

平等は、すべての人が同じ扱いを受け、同じ機会を与えられることを指しています。これは、個人の背景や状況に関係なく、同じスタートラインに立つことを意味します。例えば、教育の平等を確保するために、すべての子どもが同じ質の教育を受けられるようにすることが挙げられます。

公平とは

一方、公平は、個々の状況や必要性に応じて異なる扱いをすることです。公平は全員に同じものを与えるのではなく、それぞれのニーズや状況に応じたサポートを提供することを意味します。例えば、障害を持つ学生には、特別な支援や設備が必要になることがあります。それを提供することが公平な対応とされます。



平等と公平の違い

平等は、すべての人が同じ条件を与えられることを意味しますが、公平は、すべての人が最終的に同じ結果を得られるように、条件を調整することを意味します。従って、平等は形式的な同等性、公平は実質的な平等で意味が異なるのです。

差別をなくすために、一人一人が考えること

一人一人の状況は違う限り、全員に同じ対応をする平等だけでは、逆に格差が生まれる可能性があります。そこで、公平の考え方が必要になってきます。公平と平等のそれぞれを一人一人が考え、区別し適切に適用することで、誰もが公平に扱われ、平等な機会を持つ社会を実現できると信じています。

大分県厚生連健康管理センター
農協関係者健診受診者数

JA名	エリア名	受診者数
JA おおいた	国東	145
	姫島	7
	杵築	208
	山香	3
中部エリア	大分	20
	由布	27
南部エリア	臼杵	104
	野津	15
	佐伯	8
豊肥エリア	豊後大野	40
	竹田	28
北部エリア	豊後高田	50
	中津	28
	宇佐	67
	安心院	10
西部エリア	日田	16
	玖珠	45
	九重	9
JA べっぷ日出		216
大分大山町農協		0
下郷農協		3
合計		1049
5月受診者数		2,903

編集後記

末

N.S

