

■ 溺水 … 溺れた人の救助

はじめに

日本では毎年5000人以上の方が溺死しておりその内の7割は自宅内の浴槽における溺死です。残りの2割は主にレジャー中 残りの1割がその他 となっています。
溺水は発生してからどれだけ早く心肺蘇生法を始めるかがその人の命を左右する大きな一因なので、**身近にいる人の救出救助と心肺蘇生法が何よりも大切なのです。**

救助方法

○ 風呂、銭湯、腰より浅い水場で溺れている場合

1. まず誰か助けを呼びます。それから「119番通報」をして下さい。
2. すぐに引き上げられるなら引き上げて心肺蘇生法を開始して下さい。

○ 海、川、腰より深い水場で溺れている場合

※ 決して自分で泳いで助けようとしてはいけません。二次遭難はあってはならないことです。原則は訓練された救助者(水難救助隊・海上保安官)に任せることです。

1. まず誰か助けを呼びます。それから「119番通報」海なら「118番通報」です。
2. 傷病者が浮いていれば、浮くものを投げて沈まないようにしたり、ロープを投げて引き寄せます。沈んでしまった場合は沈んだ場所をしっかりと覚えて、確実に救助者へ伝えましょう。
3. 引き上げることが出来たら心肺蘇生法を開始して下さい。

○ ポイント

- 例え泳力に自信があったとしても絶対に焦って飛び込んではいけません。自分一人が泳ぐのと、人を助けながら泳ぐのはまったく別のもので考えた方が良いでしょう。助けようとして飛び込んだ人も一緒に亡くなる最悪のケースや溺れた人は助かったのに、助けようとした人が亡くなるケースが多いのです。
- 一般的に溺れた人はすぐに沈むか、ほんの数分浮いているかのどちらかが多いようです。パニックになっている人は見境無くしがみつくので、近づいてはいけません。
- 救助後に心肺蘇生法をする時、お腹を押して水を吐かせようとする必要はありません。あまり効果的で無い上に気管を詰まらせる恐れもあるのですぐに心肺蘇生法を始めて下さい。口の中に水が溜まっている場合のみ出すようにして下さい。
- 風呂で溺れたが引き上げられないという場合は、風呂の水を落として救助者を待ちましょう。