

## 気道異物の窒息、除去について

気道異物による窒息とは、食事中などに食べ物が口や喉に詰まることで呼吸が出来なくなった状態の事を言います。窒息から死にいたることがあるので、速やかに異物を取り除くことが重要になります。

窒息の処置を実施する前に行う大切な事があります。それは、窒息を予防することです。高齢者や小さいお子さんには、食べ物を細かくきざんで食べさせるようにしましょう。

### 喉に物を詰まらせている人にはどんな症状が出るの？

軽度な場合、咳き込んだり、呼吸の合間に喘鳴がすることがあります。また命にかかわる症状として次のようなものがあります。

発声できない	弱い咳
吸気時の甲高い音	増悪する呼吸困難
音がしない	チアノーゼ(紫青みをおびた皮膚の色)

窒息を周りの人に知らせる、窒息のサインとして、**チョークサイン**があります。図1(親指や人差し指で喉を掴んだり、首をかきむしる)これは世界共通のサインになります。



### チョークサインをしている人が居たらどうすれば良いの？

- 助けを呼ぶ(119番通報をして救急車を要請する)
- 詰まってる物を出させる

#### ①咳をさせる

激しく咳をすると、喉に詰まっていたものが吐き出されることがあります。自発的に強い咳をしている場合は、咳や努力呼吸を妨げないことが大事になります。強く咳き込んでいる場合は、そのまま咳を続けてもらうようにしましょう。

#### ②腹部突き上げ法(ハイムリック法)、背部叩打法

咳をさせて異物が出せなかった時は緊急処置として、背部叩打法と腹部突き上げ法を行います。

#### 腹部突き上げ法(ハイムリック法)

後ろから抱えるように腕を回します。片手で握りこぶしを作り、親指側をおへそより上、みぞおちの下に当て、もう一方の手で包むように握り、素早く手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。



#### 背部叩打法

背中をたたきやすいように、詰まらせている方の横または、後ろに回り、手の付け根で肩甲骨の間を力強く、何度も連続してたたきます。



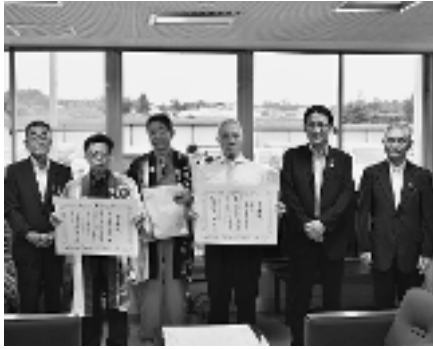
### ポイント

- 妊娠していると思われる女性、乳児、肥満者には、腹部突き上げ法は行わず、背部叩打法のみを行って下さい。
- 横になって自力では起き上がれない場合は、背部叩打法のみを行って下さい。
- 腹部突き上げ法、背部叩打法の両方が実施可能な状況で、どちらか一方を行って効果が無い時はもう一方を試みます。
- 腹部突き上げ法を行った場合には、内臓を痛めている可能性があるため、到着した救急隊に伝えてください。異物が取れた場合でも病院の受診はするようにしましょう。
- 傷病者に反応がない、最初は反応があったが、処置を行っているうちに反応が無くなった場合は直ちに心肺蘇生法を開始してください。心肺蘇生法を行っている際に、異物が見えた場合は取り除いて下さい。異物が見えない場合は、探すのに時間をかけず心肺蘇生法を行って下さい。

# Camera

# Report

カメラリポート



## 全国植樹祭感謝状贈呈

9月8日(役場)

今年度長野県開催となった第67回全国植樹祭の式典において演技を披露した龍の舞保存会と龍神太鼓保存会鼓舞に県知事から感謝状の贈呈がありました。両保存会の皆さまからは「貴重な経験ができた。これからますます精進していきたい。」と報告がありました。

## 雪窓祭

9月23・24日(中学校)

中学校では、第56回雪窓祭が開催されました。今年のテーマは「Personality～一人の個性はみんなのために～」と題して意見文発表、体育祭、音楽祭などがありました。雪窓祭に向けて多くの時間を準備に費やしてきたと思います。中学校の皆さま本当にお疲れさまでした。



## 図書館フェスティバル2016

9月25日(エコールみよた)

図書館フェスティバル2016が盛大に開催されました。人形劇や紙芝居のほか、楽器の演奏、折り紙やけん玉の体験コーナーもあり、今年もたくさんの皆さまにご来場いただきました。



## 図書カード10万円分寄贈のお礼 (御代田中学校)

軽井沢ライオンズクラブ様より御代田中学校へ10万円分の図書カードを寄贈していただきました。図書委員会が中心となり本を選出し、約90冊の本を中学校図書館内の軽井沢ライオンズクラブ文庫コーナーに設置しました。ご厚意ありがとうございました。

## 体協卓球部主催 卓球講習会 9月11日(B&G海洋センター)

体育協会卓球部ではオープン大会270回以上の優勝経験を持ち、全国各地を飛び回っているぐっちいさんこと山口隆一さんをお招きし、卓球講習会を開催しました。町内のみならず近隣市町の中学生たちも参加し指導を受け、また試合をして技術を教えてもらうなど、貴重な経験をしました。

## 交通安全運動

9月21日

(佐久交通安全協会御代田支部)

佐久交通安全協会御代田支部では、秋の全国交通安全運動に合わせ、エコールみよた前に交通指導所を開設し、通行するドライバーに安全運転をお願いしました。みんなが交通ルールを守るとともに思いやりの心を持ち、交通事故が起らないよう注意しましょう。