

今年も注意！年末年始の事故・病気

今年もまもなく1年が過ぎ去ろうとしています。師走ともなると何かと慌ただしく気が付けば新年はもうそこまでという時の流れの速さに驚かされます。年末年始は救急車で運ばれる患者数が一年の中で最も多くなる時期ですので事故の未然防止をもう一度考えましょう。

急性アルコール中毒！

昔ほど見かけませんが若い人の「一気飲み」。お酒の弱い人はもちろん、普段は平気という人でも、体調が悪い時だと血液中のアルコール濃度が急激に高くなり、中枢神経を麻痺させてしまうことがあります。そのために急激に血圧が下がって、ショック状態に陥り生命に危険がおよぶことがあります。意識不明になっているのに「寝ているだけ」と放置されてしまうと危険です。仲間で酔っ払って寝ている人がいたら、時々声をかけましょう。応答が無く、顔色が青かったり手足が冷たかったりしたら、すぐに救急車を呼んでください。

また、仰向けに寝ていると吐いたものが気道を塞いで窒息することがありますので、横向きに寝かせましょう。いずれにしろ、「飲みすぎない、無理にすすめない」のが一番です。



お餅が喉に詰まった！

昔からよく聞く話ですが毎年、お年寄りが餅などを食べて喉に詰まらせる事故が発生しています。餅に限らず、はんぺん、こんにゃく、里芋の煮物、サイコロステーキ、刺身なども詰まりやすく危険ですのでお年寄りや子どもには一人で食べさせることは避けてください。もし、喉に詰まらせたら慌てず頭が胸より低くなるように上体を曲げさせ背中を叩く「背部仰打法」、後方から抱え腹部に圧迫を加える「ハイムリック法」を身につけておくとういでしょう。

■窒息事故を防ぐためのポイント

- ・餅、肉等は小さく切って食べやすい大きさにしましょう。
- ・急いで飲み込むことなくゆっくり噛んで食べるようにしましょう。
- ・食事は、なるべく家族等と一緒にするようにしましょう。



高血圧症の方注意！

室内など暖かいところから寒い戸外に出ると、急激に血圧が上がリ、心筋梗塞や脳出血のリスクが高まります。高血圧の人が外出する際には、保温性に富んだ衣類を着て寒さから身を守りましょう。また、温かい部屋から急に寒いトイレ、脱衣所やお風呂場に行くと血圧が上昇しやすくなります。お風呂のお湯が熱いと血圧の乱高下を招きます。このように血圧が急激に上がったたり下がったりすることは、脳出血や心筋梗塞の誘因になるので、入浴の際はあらかじめ脱衣所やお風呂場を温めておいたり、お湯は38～40度ぐらいのぬるめの湯に入るようにしましょう。

年末年始に限らず、119番に電話をすると救急隊員が到着するまでにすべきことを指示してくれます。人工呼吸や心臓マッサージを指示されても、決して慌てず恐がらずにその指示に従って行ってください。救命率が高くなります。慌てないためにあらかじめ講習会などで経験しておくことが大切です。

救急車を本当に必要とする人のために
みなさんのご理解と
ご協力をお願いします。



市消防本部では東消防署2隊、西消防署1隊の計3隊の救急隊に対応していますが、緊急でないのに救急車を要請すると本当に救急車を必要とする事故が発生した場合、遠くの救急車が出勤しなければなりません。このため一分一秒を争う生命の危険がある傷病者を、待たせてしまうような事態の発生を心配しています。尊い命を救うために、救急車の適正な利用をお願いします。

こんな使い方をしていませんか？

- 救急車で病院へ行ったほうが優先的に診てもらえると思った。
- 夜間・休日のためこの病院に行けばいいかわからなかった。
- タクシーはお金がかかるけど、救急車はタダだから。