



Emergency Care



大阪体育大学ラクロス同好会



緊急時プラン Emergency Plan

救急処置においてまず確保しなければならないのが、心肺機能を保持し中枢神経を守ることです。これらの機能に障害が出るということは直接死につながるからです。スポーツの場における応急処置は、まず初めに行う評価が鍵になります。時間の重要性から、状況の評価は迅速で正確でなければなりません。この最初のステップが正しく行われることで、命が助かるだけでなく後遺症の程度を抑えることにもつながるのです。

緊急事態が起こったときに素早く対応できるように、前もって救急処置のプランが立てられていなければなりません。プランを作成する際、以下の事に留意します。

- 会場の所在地
- 関係機関への事前連絡(消防署、病院等(整形外科や脳神経外科などの専門医の対応が可能かどうか))
- 緊急連絡先リスト
医療機関、最寄の消防署、最寄の警察署、参加選手の緊急時連絡先
- 参加選手の個人情報
既往歴、血液型、緊急時連絡先、保険証の有無等
- スタッフの役割、手順、配置
- 運営サイド、審判などとの事前打ち合わせ
- 緊急用の携帯電話及び緊急電話マニュアル
- 救急車誘導の為にルート確認(ゲートの鍵の管理者等を確認)
- 救急車への付き添い
- 負傷者の救急処置と搬送方法



負傷したアスリートの移動と搬送

負傷者の移動や搬送は、傷害を悪化させたり更なる傷害が発生しないよう行われなければいけません。救急処置の過程で、この負傷者の搬送の際に最も事故が起こりやすいのです。前もって、負傷者の搬送の手はずを整え、必要な道具をそろえておかなければなりません。Spine Board や担架 (Stretchers) の使用についてよく知っておかなければなりません。

脊椎の損傷が疑われる場合: 脊椎の損傷が疑われる場合、消防署に連絡を取り、救急隊員が到着するまでアスリートを傷害時の態勢のまま動かさないようにします。唯一の例外は、アスリートが呼吸していない場合で、その時は CPR が行えるようアスリートの身体をなるべく一本の木のように見立て捻れが起こらないように仰臥位に転がす必要があります。脊椎の損傷、特に頸椎の損傷が疑われるアスリートを Spine Board 上に移すなど仰臥位に動かす必要のある場合、アスリート自身が身体をコントロールできないため、頭と首が動いてしまうことがあります。その場合、もし脊椎に小さな骨折があれば、その回旋力で脊髄や神経根部に大きな損傷を起こす可能性が高いのです。最も注意すべき点は、常に頭と首を身体の長軸からはずれないようにすることです。その場の指示は一人の人間によって行なわれるべきで、その指示者が頭と首を担当して固定します。



負傷したアスリートの移動と搬送

アスリートの Spine Board への移動: 脊椎の損傷が疑われる場合、医師がその場で診察し移動の許可を出すまで動かさないことが理想的(現実的には医師がいないことがほとんど)です。その後で移動させる際には仰臥位で首の下にタオルを巻いたものを入れるか、固定用のカラーを装着します。移動中、頸部は常にしっかりと固定されていなければなりません。以下が移動の手順です。

- ・意識の有無、また呼吸と脈を確認します。
- ・Spine Board が必要かどうか判断します。
- ・もし負傷したアスリートがうつ伏せになっている場合、CPR のため仰臥位にするか、Spine Board に移し固定します。
Spine Board に移動させる際、頸椎損傷が疑われる場合には仰臥位、胸椎から下に損傷が疑われる場合には伏臥位で固定します。Spine Board への移動は5人の人間で行なうのが理想的で、支持者が頭の位置を確保、あとは体幹、骨盤部、下肢を、もう一人には Spine Board を担当させます。
- ・アスリートの四肢を軸上にまっすぐそろえ、Spine Board をアスリートの横にできるだけ近づけ、立てて置きます。支持者の合図でアスリートの身体全体をひとつの固まりとして転がします。この時、頭がどんなに捻れた位置にあっても、その元の状態が変わらないように注意します。
- ・Spine Board に 移した後も支持者はアスリートの頭の確保を続けます。アメリカンフットボール選手や男子ラクロス選手の場合、ヘルメットはそのままフェイスガードのみ取り外すか、上にはね上げます。
- ・頭と首をストラップで Spine Board に固定します。
- ・最後に体幹と下肢をストラップで Spine Board に固定します。

傷害時、アスリートが仰臥位になっている場合は以下の手順です。

- ・支持者が頭の位置を確保、あとは体幹、骨盤部、下肢を、もう一人は Spine Board をそれぞれ担当します。
- ・支持者の合図で、アスリートを一本の木のようにまっすぐ上に持ち上げます。
- ・Spine Board の担当者が、Board をアスリートの下に滑り込ませます。
- ・後は腹臥位からの移動と同様に行ないます。



負傷したアスリートの移動と搬送

アスリートの歩行の補助：負傷したアスリートが歩くことができる場合その補助を行います。その前に、必ず傷害が軽度のものであることを慎重に確認し、重度の傷害であると判断した場合は歩くことを許可してはいけません。ほぼ同じくらいの身長の間二人で両側からサポートします。アスリートは腕を両側の補助者の肩に回し、補助者はアスリートの背中に手を回し歩行を助けます。

補助者の手による運搬：この方法は、歩くのが困難な中程度の傷害の場合に用いられます。傷害が、アスリートを移動させられる程度のものであることを注意深く確認することは常に必要です。上記の歩行の補助と同様の態勢で、二人の補助者は外側の手をアスリート的大腿から膝の裏側に回して組み合わせ持ち上げ移動させます。

担架による運搬：短い距離のアスリートの移動では担架を用いるのが最も安全な方法です。アスリートを移動させられる程度の傷害であることを注意深く確認し、もし固定が必要な場合は移動する前に Splint などを装着します。肩の傷害の場合は座った位置で運搬します。