

赤十字水上安全法と本能的溺水反応



空知南部医師会
栗山赤十字病院

佐々木 紀 幸

新年の年男から無作為に執筆依頼しているとのこと。かなり低い確率で選ばれたものと思いますが、何を書いてもよいとのことで、赤十字における活動と、最近ブログで初めて知った「本能的溺水反応」について考えてみたいと思います。

赤十字病院に勤められている先生以外は馴染みが少ないものと思いますが、赤十字には救急法という一般向けの講習があり、そのうちのひとつに「赤十字水上安全法講習」というものがあります。水に関連する事故を未然に防ぎ、万が一水の事故に遭遇した場合に命を守るための知識と技術を広める講習です。ここ数年間、統計上溺死の数が交通事故死を上回る年が続いており、知識の普及がさらに求められているところです。

赤十字水上安全法の講習を行うには指導員資格が必要で、指導員の資格を得るまでに3段階の講習、試験を経て、最終的には数年に一度行われる5日間の学科、実技の後にそれぞれの試験をパスしなければいけません。かなり実技のハードルが高いので、ほとんどはスイミング出身者です。全国的に見て北海道は指導員の人数は多いほうですが、医師職で指導員資格を有しているのは北海道では私ただ一人です。

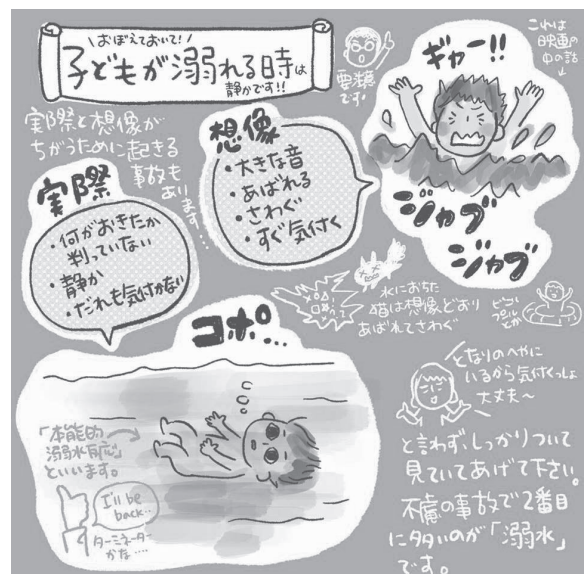
講習ボランティア活動の主体は、小学生向けの着衣泳という講習の開催です。小学校の体育授業の一環ですが、小学校のプールまで出向き、溺れている人がいるときの浮くためのグッズの使い方、そして実際に服を着たままプールに入ってもらい、浮いたり泳いだりする経験をしてもらいます。

実際に溺れている人の水中搬送は、驚くほど難しいものです。気道確保してからの搬送はクロスチェストキャリアもしくはリアキャリアという技術を使うのですが、四泳法に長けているスイミング出身者でもトレーニングをしないと一緒に溺れますので、溺れている人がいても、まず飛び込む前に、投げられる浮くものがないか、ロープはないか、飛び込むにしても自分の安全を確保できるかどうか、冷静に考える必要があります。

そんな中、今年の春のニュースで驚いたものがありました。2017年5月5日に九州の大野川という川で溺れた少年を75歳の宇野先生という医師が救助したというニュースです。そこにいた人がたまたま映っていた救助の動画も見ることができたのですが、宇野医師が行っていたのはまさしくクロスチェストキャリアでした。しかも、子どもが水面から沈む瞬間

間にぎりぎり間に合っただけで、気道確保と搬送体制を同時に行ったように見えました。赤十字の講習を受けたことがあるかどうかは不明ですが、いくら自宅の近くで子どものころから泳いでいる川だからといっても、そんなに簡単にできるものではありません。いつもプールで、溺者モデル人形を相手に練習している私にとっては、ただただ驚きと尊敬の念しかありません。

さて、「本能的溺水反応」という言葉をご存知でしょうか？ 恥ずかしながら、私は2017年の9月にインターネットで初めてその言葉を知りました。長野県佐久市の小児科チームがツイッターで注意喚起をしたために全国に拡散するに至りました。内容は、「子どもは溺れるときに音を立てずに静かに沈んでいく」というものです(図)。よくニュースで、乳幼児、小学生が、「ちょっと目を離したら浮いていた」「気が付いたら沈んでいた」と見かけることがあり、どうしてそのようなことが起こるのか、不思議な気持ちを持っていました。赤十字の水上安全法では、水があるところでは水の多い少ないにかかわらず溺れる可能性があるかと教えますが、例えば膝丈くらいのプールや洗面器でなぜ溺れるのかということまでは言及していません。水に顔を付けている状態の乳幼児が、溺れていることを理解していない、何が起きているか理解していない、「???」だらけだとしたら。静かに溺れるのは、人間が羊水という水の中から生まれてくると関係しているのでしょうか。泳げるものにとって、溺れるときには暴れるものだという先入観があり、いままではその静かに沈んでいく、ということに対し言及していなかったのだと思います。幸い、ネットでかなり話題になり、本能的溺水反応が全国に広く知れ渡ることになりましたが、この大切な知識を薄れさせることなく、赤十字講習においても繰り返し伝え広めていくことができるようになればと思います。



提供：長野県佐久医師会 教えて！ドクター制作運営チーム