

姫路市医師会報

○編集後記

No. 333 平成19年11月1日発行

BLS体験記（編集後記に変えて）

まだまだ暑い8月末の日曜日に姫路市医師会主催のBLS講習会に参加してきました。11時45分から16時30分までの長丁場です。蘇生については知っているつもりだし、AEDをさわったことはないが、それ以外は分かりきった内容だろうな。看護師さんが講師のようだが、偉そうなお指導を受けるのかな。そういえば、しばらく挿管をしていないけれども、失敗したくないな。いろいろ思いながら当日の朝を迎えました。ところが、このような諸々のことは杞憂に終わり、有意義な一日を過ごすことができました。

予定の時間に医師会館に集まりますと、簡単な説明の後、早速実技の講習となりました。18人の参加者が6人ずつのグループに分かれ、それぞれの部屋に向かいました。私たちは医師が4人と看護師2名でした。講習をしていただくトレーナーはほぼ同数、姫路市内で救急を担当していただいている病院の先生と看護師の方々でした。

「たいへんだ、ひとが倒れてる」で講習がはじまります。スーパーで買い物中に駐車場で倒れている人を発見した設定です。最初にトレーナーの方がBLSを開始してAEDを使うまでをデモンストレーションしてくれます。その後、私たち受講者の番となるのですが、これが少々恥ずかしい。いやいや、とっても恥ずかしい。倒れている人を見つけた人の役をしたり、その人を手伝う役をしたりロールプレイングです。このようなことは小学校の学芸会以来したことありません。ところがよくしたもので、一度、少しだけ大きな声を出すと後は平気です。大きな声が出ますし、その気にもなります。大丈夫です。受講者の誰もがすぐに慣れました。本当にスーパーの駐車場で懸命に人助けをしているかのようにも思えてきました。

場所や状況をいろいろ変えて講習が進んでいきます。少し長めに心臓マッサージ（この業界では胸骨圧迫と言います）を行っていると、研修医の頃のことでも思い出されてきました。ある先生は自分の診療所の待合いの設定の時に、役になりきってしまって顔見知りの患者さん（実はトレーナーの看護師さん）と時候の挨拶や世間話に話が弾んでしまい、なかなか倒れている人を見つけてくれない一場面もあり、大笑いでした。

感心し、そしてありがたく思ったのはトレーナーの方々の姿勢です。緊張している我々に常に笑顔で接していただきました。久しぶりの「心マ」で大汗を

かいて息が上がりかけているのを気遣ってくれたり、休憩時間にはジュースやお菓子をたっぷり用意していただいて、さあどうぞ、さあどうぞと勧めてくれました。（麦のジュースならもっとありがたかったのですが。）何とか我々がギブアップしないで、楽しく講習を受けられるようにとの気持ちが伝わってまいりました。

講習が終わりますと大会議室に集まり、講評をいただきました。難しい話ではなく私たちへのねぎらいと、次からは講習会のトレーナーとして参加していただきたいとのことでした。最後に表彰式がありました。ご自分の診療所でAEDを購入することを早々に決心された先生に特別賞が授与されました。私たちのグループは優秀賞として賞品をいただき、参加した全員にもすばらしいプレゼントがありました。スタッフの方々の心遣いをありがたくいただきました。多少の疲れと同じ時間をみんなで共有したという仲間意識で、学生時代のクラブ活動の時のような爽快感で終了することができました。

いかがでしたか、みなさま。BLS講習会に行ってみようかなという気になりましたでしょうか。講習会の開催は続いて行われますので是非とも参加してみてください。

BLS (Basic Life support : 一次救命処置) AED (Automated External Defibrillator : 自動体外式除細動器)