



第8章 今日の健康問題とその対策

AEDについて知ろう！

AEDとは？

「AED」とは、Automated External Defibrillatorの頭文字をとったもので、「自動体外式除細動器」ともいいます。

AEDは多くの突然死の原因となる心臓の危険な状態（心室細動※）を「自動」的に判断し、電気ショックを与えて取り「除」いてくれる機器のことです。

この機器は、手提げカバン程度の大きさで、どこでも簡単に運べ、機械が音声で指示してくれるので、誰でも簡単に操作することができます。

なぜ、AEDが必要なの？

日本では、救急車を呼んでから、現場に到着するまでに平均6分以上かかるというのが現状です。ところが、心室細動に対する救急処置は、一分一秒を争います。心室細動を起こしてから3分以内にAEDを使えば蘇生率は70%ですが、救急車を待って6分後に除細動を行っても35%しか助からないと言われていました。

したがって、医師や救急救命士だけでなく、現場に居合わせた一般の人がAEDを使用することによって、心室細動による突然死から人を救うことができます。

AEDの設置が進んでいます。

AED（自動体外式除細動器）の使い方はこんなに簡単。
しかも機械がすべて指示をしてくれます。



1 電源スイッチを入れる。

AEDを持ってきたらすぐにケースから取り出します。そして、電源スイッチを入れます。（ふたを開くと自動的に電源が入る機種もあります。）すぐに音声による指示が流れてきます。



2 電極パッドを貼る。

パッドを袋から出して、シールをはがし、図で示された場所に肌を密着させて、しっかりと貼ってください。



3 患者から離れる。

電気ショックを与える必要があるかどうかを判断するために、機械が自動的に心電図の解析を始めます。他の人が患者に触れていると正しい解析ができません。



4 AEDから指示が出たら除細動ボタンを押す。

心電図の解析が終わり電気ショック（通電）が必要と判断すれば、除細動ボタンを押すように機械が音声で指示を出します。その指示にしたがって、除細動ボタンを押してください。

AEDの電源は入れたまま、パッドも貼ったままにして、救急隊を待つ。



※「心室細動」とは、心臓が小刻みにけいれんし、血液を全身に送り出すことができなくなる危険な状態で、この状況がしばらく続けば、やがて心臓は完全に停止し、死に至ります。



日本から麻疹ましん（はしか）をなくそう！

麻疹（はしか）ってどんな病気？

- 麻疹は、麻疹患者のせきやくしゃみなどから飛び散る、あるいは空気中をただようウイルスを吸い込むことによって他の人にうつります。
- 麻疹にかかると急な発熱、せき、鼻水に続いて赤い発疹が全身に出ます。その後、熱が下がり回復に向かいます。
- 麻疹にかかった4割くらいの方が入院することになります。また、およそ1000人に一人が脳の病気になり、その約15%は命を落とすことがあるおそろしい病気です。
- 麻疹は、予防接種で防ぐことができる病気でもあります。

日本における麻疹（はしか）の予防接種の現状

- 麻疹の予防接種は、2006年6月までは生後1歳から7歳半までの間に1回でした。2006年7月からは、1歳児と小学校に入る前の1年間の2回行うことになっています。
- 過去に一度も予防接種を受けていなかった人に加えて、1回だけの予防接種を受けてきた10代、20代の人を中心に2007年春に日本全国で麻疹の流行が起きました。

麻疹（はしか）の予防接種に副作用はないの？

- 麻疹の予防接種を受けたおよそ4人に1人に熱が出たり、10人に1人に発疹が現れたりすることがありますが、1～3日で治ります。
- 極めてまれ（予防接種を受けた100万人あたり1人以下）に、脳の病気を起こすことがあります。

かけがえのない自分、かけがえのない健康（令和2年度版）【中学生用】 MEXT2-0801

本資料の編集については、文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課において担当しました。

■ 本教材の作成協力者（◇：委員長）

〈改訂版〉 平成20年8月作成

◇勝野 眞吾／国立大学法人兵庫教育大学理事・副学長
植田 誠治／聖心女子大学教授
鬼頭 英明／兵庫教育大学大学院教授
小磯 透／国際武道大学准教授
香田 由美／福岡県立門司学園高等学校養護教諭
坂井 満／福岡県朝倉市立秋月中学校教頭
杉山 正明／東京都立桜町高等学校教諭
長岡 邦子／埼玉県立越谷総合技術高等学校教諭
山下 和美／愛知県安城市立安城西中学校養護教諭
吉村 英子／跡見学園女子大学教授

〈初 版〉 平成18年3月作成

◇勝野 眞吾／国立大学法人兵庫教育大学理事・副学長
石川 哲也／神戸大学教授
植田 誠治／茨城大学助教授
衛藤 隆／東京大学教授
川畑 徹朗／神戸大学教授
小磯 透／国際武道大学助教授
香田 由美／福岡県立門司学園中学校養護教諭
坂井 満／福岡県朝倉市立南陵中学校教諭
杉山 正明／東京都立田園調布高等学校教諭
西岡 伸紀／兵庫教育大学教授
樋口 進／国立病院機構
久里浜アルコール症センター副院長
山下 和美／愛知県安城市立安城西中学校養護教諭
吉田 勝美／聖マリアンナ医科大学教授
和田 清／国立精神・神経センター
精神保健研究所薬物依存研究部長

■ 著作権所有／文部科学省

この教材は、みなさんが健康について考え、健康のために行動することができるようになるための情報がいっぱい詰まっています。先生やおうちの人といっしょに読んだり、内容に関して話し合ったりすることを願っています。