

【連載4】教えて！ 救急の人

講義4

# ケガや事故の際の行動の判断方法は？

スキーヤーの皆さんに起きやすいケガや病気への疑問・質問に北海道のお医者さん、歯医者さん、救急隊員さんがお答えします。



答える人  
石川信行

(いしかわ・のぶゆき)

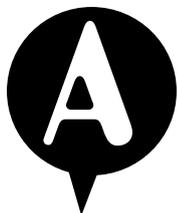
元富良野広域連合南富良野支署救急隊員

1950年生まれ。北海道出身。防災士。若い頃から競技スキーに携わってきたけれど、本人の実績はゼロに等しい。少年団のコーチをするかわら、地元のスキーパトロール奉仕団団長も務める。消防で山岳救助隊にも所属した経験から本連載の執筆を担当させていただいています。



バックカントリー

## BCで骨折とわかるケガを負ってしまいました。自力で下山するべきですか？



生死の分かれ目です。悪条件がひとつでもあれば、とどまり助けを待ちましょう。

### ○まずは助けを呼ぼう

一般のケガでも骨折があれば救急車を呼びますね、しかし、スキーの場合はそこまで救急車が来てくれません。そこでベストな方法はなにでしょうか？ スキー場の管理区域か、区域外かで大きく異なります。

スキー場および周辺ではスキーパトロールを呼びます。スキー場の管理区域外(バックカントリー)では山岳遭難と同じです。事故の場所、時刻、そのときの気象条件によって救助に要する時間も大きく異なります。仲間や側にいた人たちでセルフレスキューができるとしても、早い段階で組織レスキュー(消防・警察)への通報が大切になります。日没や天候悪化にともない救助活動が一時中止となることがよくあります。

### ○動くか

骨折の場合は早期に病院へと行っても、バックカントリーではそ

れなりの条件が必要です。動く条件としては、次の5項目を完全に満たしている必要があります。

- ・自分たちのいる位置が確実に把握できている
- ・セルフレスキューが可能
- ・天候の悪化がない
- ・日没までの時間は充分にある
- ・救出ルートが確実に確保できる

この5条件を完全に満たすと判断すれば、持っている資機材で骨折部位の動揺を防ぎ、疼痛の緩和、出血の抑制、二次的損傷の防止のために固定、安定化を図り、保温をしっかりと行ない(写真1)、迅速に麓に移動(写真2)して組織レスキューに引き継ぎます。救出活動中も組織レスキューと密接な連絡体制が重要です。

### ○とどまるか

5つの条件、とくにセルフレスキューに少しでも不安があれば、組織レスキューの救助を待ち、とどまるべきです。とにかく麓に降

りればいいという安易な行動は危険です。沢の中に入り込んだら携帯電話は通じなくなり、GPSも使用不能となります。吹雪や超低温の中ではほとんど電子機器を操作することはできません。できる限りの応急手当をして、低体温予防の保温をしっかりと行ない、早めに雪洞に入って体力温存に努め、救助を待てば大丈夫。とどまる勇気も大事です。

### ○生死の分かれ目

一般的に四肢の骨折では生命に関わることは少ないと言われます。しかし、応急処置しないまま長時間経過することにより、体温低下によりショックの危険にさらされます。早急に病院へとは言っても、稚拙なセルフレスキューにより症状が悪化、その結果焦って下山ルートをまちがえたり、天候悪化によりルートを見失ったりすることもあり得ます。さらに一歩まちがえれば二次遭難を引き起こしかねません。ですから動くか留まるかの早い判断が必要になります。最近では手軽にバックカントリーに入り込みやすくなり軽装備になりがちですが、迅速に組織レスキューに救助されるためにも、登山計画書や入山届けは忘れず提出しましょう。



写真左○骨折の固定・安定化と保温をしっかりと行いましょう  
写真右○迅速に麓に移動します。