

屋外救急救命法に注目

本杉美記野

日本で一般に教えられているのは都市型救急救命法。アウトドアでは別の救急救命法があることを知ろう。



私がオリエンテーリングと出会ったのは学生の時。森を走る爽快感と地図を読む面白さにはまり、毎週のように走り出かけていた。2年間の活動を締め括る最後のインカレは、看護師国家試験の一週間後。分厚い問題集の横にいつも地図を置いていたことを思い出す。卒業後は総合病院の看護師という不規則な勤務のため、だんだん大会からは足が遠退いてしまったが、森が好きという気持ちは変わらない。そんな私は、森を利用して人を健康にする森林療法という分野から環境教育の世界を知り、12年間勤めた病院を辞めて、現在も山梨県清里にある財団法人キープ協会でレンジャー(自然の案内人)をしている。

この転向をきっかけに約3年前に取得したのがWFR(Wilderness First Responder)という野外救命救急の資格だ。野外活動に関わる中でもし怪我や急病が起きた場合、救急室勤務経験のある私が真っ先に頼られることは間違いない。だが今までは、手を伸ばせば医療器具があり声を出せば人が来る、そんな状況でしか救命救急をしてきていない自分が、野外環境で一体何ができるのか。そんなことを考えている中で出会ったのが、この野外救命救急法だった。

現在、日本で学ぶことの出来る救急救命法のほとんどは心肺蘇生法に重点を置き、救急車などの二次救命到着までつなぐことが目的の都市型の救急法である。野外救命救急法はそれとは異なり、野外環境や災害時など、長い間二次救命が来ない状況下での判断や処置を学ぶ救急法だ。日本ではまだ馴染みの薄

い資格であるが、北米では山岳ガイドなど野外活動に携わる者はこの資格が必須となっている。私が受講したコースもアメリカの野外救急組織WMA(Wilderness Medical Associates International)のインストラクターの指導の下に行われたものである。

内容は野外での実技が中心のとても実践的なものだ。傷病者の命に関わる怪我や病気を早急に発見し出し、重要な順に処置を行うことや、そこから今後どのような症状が起きる可能性があるかなど、評価・判断できるようになることに重点が置かれている。生命維持に重要な循環器・呼吸器・神経系の理解やその処置、アレルギーとアナフィラキシー、温度障害や雷による事故など、野外環境下で想定される様々なケースを学ぶことで、現場での対応力を身につけていく。

私はこの資格取得後も、運よくこのスキルを使う場面には出会っていない。ではオリエンテーリングの世界ではどうだろうか?かつて仲間にしたことを思い出しただけでも、崖からの転落、穴への転落、木の枝の穿通、冬季の大会で低体温……。その時は大事に至らず武勇伝として語られていたことも多いが、今考えると恐ろしい事かもしれない。実際その後の競技中に生命に関わる事故や急病があったことも聞いている。オリエンテーリング競技の特性上、足場や見通しの悪いところもスピードを出して走る。ルートも人それぞれの個人競技であり、服装も登山に比べはるかに軽装備だ。それだけでも大きな怪我や急病が起りやすい状況なのは間違いないだろう。そして、そこは救急車到着まで時間がかかる場所かもしれない。そう考えると、大会の主催者として参加者の安全を確保するため、そして競技者として仲間を守るため、救急への意識を高める必要はないだろうか。

野外救命救急法はまだ日本では導入されたばかりであり、国内法の関係などの課題もある。それでも徐々に日本でもこの考えの必要性が認められてきており、今後さらに広まっていくだろう。オリエンテーリングでは世界と戦う場面も多い。技術や体力を高めるだけでなく、安全の面でも世界水準のスキルを身につけてみてはどうだろうか。

- WMA日本オフィシャル・コース・プロバイダー
Backcountry Rescue
<http://backcountryrescue.jp/>
 - 日本で受講できる WMA の野外救命救急法コース(いずれも3年間有効)
 - ・WFA(Wilderness First Aid):2日間
 - ・WAFA:4日間
(Wilderness Advanced First Aid)
 - ・BRIDGE:4日間
※ WAFA 取得後3年以内にBRIDGEを受講することで、WFR(Wilderness First Responder)となる。
 - ・WALS(Wilderness Advanced Life Support)
:5日間(医療従事者向け)
- (本杉美記野)

緊急提言:自然のリスクを認識し、自己の安全に責任を持とう! (村越 真)

本杉さんのオピニオンにあるように、自然の中では何が起るか分からない。さらにもし何かあったときに、誰も見ている人がいないというリスクの高い環境で競技をしているのがオリエンテーリングである。オリエンティアはこのことに思いの外、無自覚である。

2月下旬に静岡県で開催された早稲田大会は、悪天候ではなかったが、時折雪が降る時間帯もあった。その気象条件下、半袖で出走した選手が複数いた。早稲田大会は20年以上前に、飯能市で大雪の中で大会を決定し、あわや低体温死という事態を招いた。当該選手は半袖1枚にランパンで出走し、体温低下で発見時には自分で動くこともままならないほどだった。この事件は荒天時には大会を中止するという教訓を早稲田大会に残したが、参加者と共に安全を確保するという視点では、なんら教訓を残さなかったように思う。もちろん、これは早稲田だけの問題ではなく、日本のオリエンテーリング界全体の問題である。

数年前に越生で開催された大会時、筆者は上半身裸の選手に遭遇した。呼び止めて聞いたと、その選手はウェアを忘れたので、上半身裸で出走したというのだ。この寒冷期に上半身裸で出走する選手も選手なら(それ以上に、公共の場所を上半身のみといえども裸で走ることがオリエンテーリングにとってマイナスイメージにつながることに思い至らなかったのだろうか)、それを出走させた役員も役員だ。私はこの選手に重ね着していたウェアのうち1枚を与え、さらにコントロールにこの点を指摘した。

競技規則では、服装は主催者が限定しない限り自由となっている。組織に関わるものとしてこの問題に対して組織的な対応を決意すると同時に、一人一人がオリエンテーリングに潜在するリスクについて意識し、それに対応した行動を取ることを強く呼びかけたい。取り返しのつかない事故が起ってからでは遅いのだ。