

マラソン中の心停止に注意

ランニングが心地よい季節となり、市民マラソン大会などスポーツイベントで注意したいのが突然の心停止事故だ。心停止の多くは、死に至る不整脈である心室細動が原因。昨年には、宮城県内の大会でも心停止による救急搬送があった。医師は「本人の体調管理はもちろん、居合わせた人の迅速な心肺蘇生が救命率向上の鍵を握る」と訴える。

(報道部・佐藤素子)

発症の予測つかず

健康状態の人が発症するが予測はつかない。

心室細動は心臓の筋肉がばらばらに興奮し、ボクッとする心臓マッサージの役目を果たさなくなる状態を言う。急性心筋梗塞などが引き金となつて発症する。国内では毎年約10万人が亡くなっている。国内では、救命率が10%低下するといわれる。

突然の心停止は、市民マラソンの普及に伴って増加傾向にある。2009年の東京マラソンでタレントの松村邦洋さんが倒れ、AEDで回復したのは記憶に新しい。

このため宮城県心筋梗塞対策協議会(会長・下川宏明東北大学大学院医学系研究科教授)などは、毎年10月に松島町で開かれる「松島マラソン」の運営にボランティアとし

ランニングブームで増加傾向

走る前体調管理を

心肺蘇生で救命率向上

て参加。コースの沿道やバイクにAED10台を用意し、万が一の事態に備えている。

誰にでも起き得る

昨年の大会では、ハーフの部に参加した30代男性が15分付近で心肺停止となったが、医師らによ



知らせたり、救急車を呼んでもらえるようお願いしたりする必要がある。

救命処置が行われ、東北大病院へ救急搬送された。命に別条はなかった。を付けてほしい」と警告する。

る東北大によると、この男性は大会前日に深夜まで飲酒し、当日朝に東京から松島へ移動した。伊藤健太准教授(循環器内科学)は「無事に社会復帰に人が倒れていることを呼び掛けている。」

2013年(平成25年)4月9日(火)
河北新報朝刊掲載