

急性アルコール中毒に注意

—外語祭で患者を出さないようにしましょう—

●保健管理センターは学生の飲酒に反対です●

ほけせん便り 78号

平成20年11月14日発行



保健管理センター所長 井上 哲文

【要旨】

- ◆ 大学祭での飲酒を禁止する大学が増加しています。その背景には、急性アルコール中毒による死亡事例や、飲酒の上での各種不祥事例があります。
- ◆ 本学の全体方針では、外語祭での飲酒が禁止されていないようですが、保健管理センターは、保健上の観点から、学生の飲酒に反対です。外語祭の場に限りません。
- ◆ 飲酒による健康障害は急性アルコール中毒にとどまりません。習慣性過剰飲酒は、アルコール依存症、アルコール性肝障害、アルコール性膵炎、アルコール性心筋障害、アルコール性痴呆、アルコール性神経障害などをもたらします。また、心筋梗塞、脳血管障害、食道癌、肝癌の罹患リスクを高め、尿酸代謝、脂質代謝、糖代謝の異常を引き起こします。加えて、妊娠中の飲酒は胎児に、授乳中の飲酒は乳児に障害を与えます。家庭内暴力や虐待にもしばしば飲酒が深く関与します。青年期からの飲酒は、特に問題です。
- ◆ 一時期、適正量飲酒（ビールの場合大瓶1本程度、日本酒の場合1合程度、焼酎割りの場合グラス1杯、ウイスキーの場合ダブル1杯）が有する動脈硬化抑制作用が、「酒は百薬の長」として強調されました。しかし、過剰飲酒の有する健康障害作用の方がはるかに大きいことから、近年では、「酒は万病の元」であることが強調されるようになってきました。WHOも飲酒抑制の方向に大きく梶を切りつつあります。

【外語祭での急性アルコール中毒への対応】

- 原則として、学生個人の、或いはグループの自己責任で対応してください。保健管理センターは自分で自分の健康を障害する者に対して、シンパシーを持ちません。
- 軽症の急性アルコール中毒の場合、頭痛や嘔気・嘔吐は、しばらく横になっていれば改善します。保健管理センターの利用はできません。
- 重症の急性アルコール中毒の場合、まず第1に、患者に「回復体位※」をとらせます。第2に、現場で救急車(119)を要請します。第3に、保健管理センター(042-330-5188)に連絡します。第4に、学生課(042-330-5176)と実行委員会(090-6101-5044)に連絡します。生命リスクを看過することは出来ませんので、保健管理センターが医療職としての対応をします。
- 重症者の徴候は、歩行不能、意識喪失、呼吸停止、心停止です。

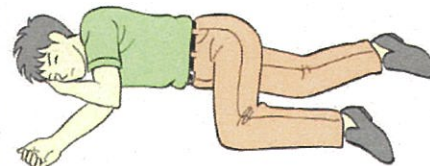
以下は東京消防庁救急アドバイスから引用改変
<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/life/kyuu-adv/index.html>

【急性アルコール中毒事故の予防】

1. 自分の適量を知り、体調にも注意する
2. 短時間の多量飲酒（一気飲み）はしない
3. 飲酒の無理強いはしない
4. 空腹のときは、飲酒しない
5. 酔った人を一人にしないで付き添う
6. 嘔吐物がのどにつまらないように注意
7. お酒が飲めない体質の人は周囲に告げる

【急性アルコール中毒の応急措置】

1. 呼吸停止/心停止の場合は、救命手当が優先▶▶心肺蘇生（AED使用を含む）を実施する
2. 呼吸があっても意識がない場合は、仰向け体位のままだと、舌根沈下（舌の筋肉がゆるんで、舌の付け根がのどに落ち込むこと）による気道閉塞や、嘔吐物の吸入による窒息の危険性▶▶回復体位（※）をとらせる
 - 1および2と平行して救急車要請●●
3. 酔った人には、酔いが醒めるまで付き添い、自宅へ送るなどの措置をとる



※ 回復体位

呼吸が妨げられないようにする体位です。体を横向きにし、頭を反らせて気道確保するとともに、嘔吐しても自然に流れるように口元を床に向けます。