緊急メッセージ：胸に強い衝撃を受けただけでも、心停止になる

2026 年 11 月 2 日、スペインでサッカー試合中に 30 歳の選手が相手ゴールキーパーとの衝突により胸部に強い衝撃を受け、ピッチ上で心停止に陥るという重大な事故が発生しました。およそ 5 分後に担架で救急車に運ばれましたが、搬送先で翌 11 月 3 日に帰らぬ人となりました。

詳細までは報じられていませんが、恐らく**「心臓震盪」**という致死的な不整脈を起こしたものと推察されます。胸の心臓の真上あたりに、強い衝撃が加わったときに、稀ではありますが、心室細動と呼ばれる危険な不整脈が発生して、心停止に至るものです。野球のボールが当たって起こることが多いとされますが、それ以外にもフットサルのボールとか、空手の突きとか、車の衝突でハンドルが胸にあたったときなど、色々な場面で起こることが知られています。心臓病などなくても、全くの健康な人に起こるので、偶然の事故とはいえ、それだけで命が失われてしまう怖いものです。

人がぶつかって倒れただけでは、ただの転倒、と見過ごされてしまうかもしれません。あるいは怪我をしたのか、とか、頭を打ったのでは、と思うかもしれません。そのとき、「もしかしたら、胸を打って心臓が止まってしまったのかもしれない」と疑うことが重要です。そのような心臓震盪で心室細動が起こったときには、AED をすぐに使えば助けられる可能性が高いからです。ただの外傷で転倒しただけ、と思い込まずに、これは**「ヤバイ、心臓震盪を起こしたかも」**と疑うことが救命の第一歩となります。

だからこそ、スポーツが盛んに行われるような場所には AED を常備しておき、その場所を皆が知っていることが必要なのです。その施設のスタッフはもちろんのこと、選手もコーチも審判も皆が AED の使い方を含め、救命処置を体得していることが重要です。ことは 1 分 1 秒を争います。私たち日本 AED 財団ではこのような場面ではすぐに**「AED を呼び」、3 分以内に AED** による電気ショックを行うことを推奨しています。119 番通報はもちろんのこと、前後の**「強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫」**も欠かせません。ですので、状態の明らかな改善がない限り、上述したような「担架で運ぶ」というような余裕はありません。担架に乗せて持ち上げた状態で胸骨圧迫を行うことができないからです。倒れた人に対してはピッチの中であろうと、その場所で救命処置を続け、むしろ、救急車にサッカー場のピッチの中まで入ってきてもらうことが望まれます。そのために平時から救急車がスタジアムのどこから進入できるのか、それを誰が誘導するのかも含めた想定訓練が必要なのです。サッカー場に限らず、子ども達が元気に走り回り、運動をしている学校でも同じです。

日本 AED 財団では、スポーツ現場における心臓突然死を防ぐための危機管理対応マニュアルとして「Emergency Action Plan（EAP）」の策定と定期的なシミュレーション訓練を提言しています。
https://aed-zaidan.jp/user/media/aed-zaidan/files/download/EAP_Sports.pdf
https://aed-zaidan.jp/user/media/aed-zaidan/files/download/EAP_Sports_guideline.pdf
すべてのスポーツ現場において EAP が浸透し、一瞬の遅れもない救命体制が構築されることを目指しています。是非、皆で楽しいはずのスポーツで若い尊い命が失われることのないようにご協力下さい。

令和 8 年 11 月 7 日
公益財団法人　日本 AED 財団