

心肺蘇生法

① 倒れている人を発見したら 反応があるかないか調べる



- 周囲の安全を確認し、近づく。
- 手で肩を軽く叩きながら呼びかける。

ない



※判断に自信が持てない場合も

② 助けを呼ぶ

119番通報とAEDの手配大きな声で協力を求めましょう。

119番通報では通信指令員の指示に従いましょう。(ハンズフリーオプションの活用)



そこのあなた。119番通報をして下さい。AEDを持ってきて下さい。

ある



ある

③ 呼吸があるかないかを調べる



10秒以内で胸とお腹の動きをみる。

- 胸とお腹の動きを見て呼吸の確認をします。

ある



●楽な姿勢

本人に聞いて一番楽な姿勢をとらせる。

●けがの手当

出血や骨折などの手当てをする。

●保温

本人の体温を保つために毛布などで体を包む。

反応はないが、正常な呼吸をしていたら、窒息しないように、横向きに寝かせ、下あごを前に出し、上側の膝を約90度曲げて、傷病者が後ろに倒れないようにする。



ない



※普段通りの呼吸がない
※呼吸があるかどうか分からない

⑤ 人工呼吸

- 気道確保をした上で1秒かけて吹き込み、計2回実施します。



ない



※人工呼吸を行う技術と意志がある場合

④ 胸骨圧迫



両手を重ね、手の付け根を「胸の真ん中」におき30回続けて圧迫する。胸が約5cm沈むまでしっかりと圧迫する。圧迫のテンポは1分間に100から120回で、可能な限り中断せずに、絶え間なく行います。

人工呼吸を行わない場合は、胸骨圧迫のみでもよい。

●以降、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返します。【人工呼吸をしない場合は、胸骨圧迫のみ継続し圧迫します。】

●新型コロナウイルス感染症、流行期の心肺蘇生法

- ・可能な限り、日常的にマスクを装着しておく。
- ・胸骨圧迫を開始する前に、傷病者の鼻と口をマスクやハンカチなどで覆う。
- ・成人には人工呼吸の技術と意思があっても実施しない（小児には技術と意思があれば実施してもよい）。
- ・救急隊に引き継いだあとは、石鹸と流水で手と顔を十分に洗う。

AED の使い方

1 AED を傷病者の横におき電源を入れる



- 機種によって、蓋をあけると電源が入るタイプと電源ボタンがあるタイプがあります。

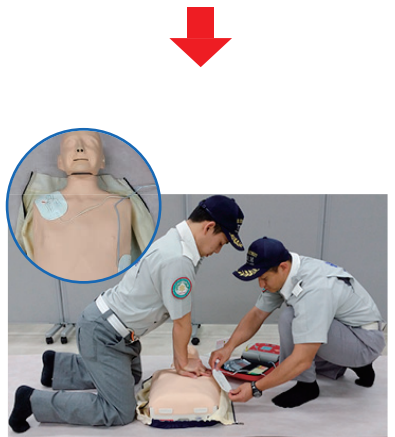


2 電極パッドを貼る

- 傷病者の衣服を取り除き、胸部を裸にします。
- 電極パッドの袋を開封し、電極パッドのシールをはがし、粘着面を傷病者の胸部にしっかりと貼り付けます。
- 貼る位置は電極パッドに絵で表示されてます。

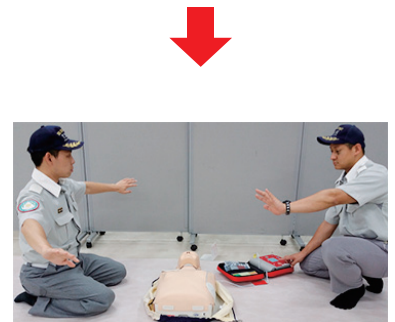
※注意事項

- ・傷病者の胸が汗や水で濡れていないか
- ・胸に貼り薬（ニトログリセリン等）はないか
- ・心臓ペースメーカーや除細動器が体内に埋め込まれていないか
〈未就学児には小児用パッドを用いる、または未就学児用モードに切り替える。〉
小児用パッドがなくやむを得ない場合は、成人用パッドを代用する。



3 心電図の解析をする

- 傷病者から離れるようにとの音声メッセージが出たら、「みんな、離れて！」と注意を促し、誰も傷病者に触れていないことを確認します。



4 電気ショックが必要な場合

- AED が心電図を自動的に解析し、電気ショックが必要な場合には、「ショックが必要です。」などの音声メッセージが流れ、自動的に充電が始まります。
充電が完了したら、「ショックボタンを押してください。」などの電気ショックを促す音声メッセージが流れますので、再び「みんな、離れて！」と注意喚起し、誰も傷病者に触れていないことを確認してから、ショックボタンを押します。
ショック後や、AED が「電気ショックは不要です。」と指示した場合、ただちに胸骨圧迫から心肺蘇生法を行ってください。
- 機種によって、電気ショックが必要な場合、自動で電気ショックを実施するタイプがあります（オートショック AED）。

