救急蘇生法の指針2015 (市民用) より引用

5. 胸骨圧迫と人工呼吸(心肺蘇生)

から圧迫します(強く、速く、絶え間なく)。

き継ぐまで心肺蘇牛とAEDの手順を続けます。

1. 反応を確認する

- ●肩をたたきながら、「もしもし、大 丈夫ですか | と声をかけます。 頭や首にケガがあるとき、その疑 いがあるときは、体を揺すったり 動かしてはいけません。
- ●呼びかけなどに対して目を開け るか、なんらかの返答又は目的の あるしぐさがなければ「反応な し」と判断します。



2. 助けを呼ぶ

- ●反応がなければ、大声で周囲に助 けを求め、「119番通報してくだ さい」「AEDがあれば、持ってきて ください」などと指示します。
- ●誰もいなければ、まず119番通報 を行い、AEDが近くにあれば取り に行きます。
- ●救助者が一人で、傷病者が小児 (15歳未満) の場合は、先に2分 間程度心肺蘇生を行います。



AED設置情報検索システムで、県内の県や市町村施設等に設置されているAEDについて、 地図上に表示された設置場所等の情報を、パソコンや携帯電話から検索・閲覧できます。

「街の情報館」日本地図上から千葉県をクリック (パソコン・スマートフォンの場合) URL: http://www.ipos-map.jp/

URL: http://www.ipos-map.jp/asp/aed.asp?kencode=12





3. 呼吸を観察する

- ●10秒以内で胸やお腹の上がり下がりを見 て、普段どおりの呼吸をしているか判断し
- ●普段どおりの呼吸がある場合は、気道の確 保のみ行い、救急隊の到着を待ちます。
- ●呼吸なしの場合、ただちに胸骨圧迫を開 始します。人工呼吸ができる場合は、胸 骨圧迫に人工呼吸を加えます。
- ※人工呼吸ができないか、ためらわれる場合 は、胸骨圧迫のみを行います。
- ※「胸やお腹に動きがないとき」、「10秒間確 認しても呼吸の状態がよくわからないと き」、「しゃくりあげるような不規則な呼 吸をしているとき」は「普段どおりの呼吸 なし」と判断します。

4. 気道の確保

心肺蘇生法の手順と実技

- ●のどの奥を広げて空気を肺に通しやす
- □□の中に異物があれば、ハンカチ等を
- ●仰向けに寝かせ、片手を額に当て、あ
- ほに添え、下あごのみを引き上げます。

- ごを持ち上げます。

- ●首のケガが疑われるときは、両手をほ

- くします。
- 指に巻きつけて、異物をかきとります。

人工呼吸の手順

します。(30:2)

- ●気道の確保を行います。
- ●気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で鼻をつまみます。

●胸の真ん中に片手のつけ根を置き、もう一方の手をその上に重ねます(小児

は片手でも可。乳児(1歳未満)は指二本で。)。体重を利用して1分間100~

120回の速さで胸が沈む程度 (大人で約5cm、小児は胸の厚さの1/3) に真上

●心臓マッサージを30回行った後、人工呼吸2回を行い、この組合せを繰り返

●傷病者が動き出したり普段どおりの呼吸をし始めるか、救急隊に傷病者を引

- ●□を大きく開けて傷病者の□を覆い、約1秒間かけて胸が軽く膨らむ程 息を吹き込みます。
- ●吹き込みは2回行います。







心肺蘇生とAED使用の手順の繰り返し

- ●電気ショック後もAEDはそのままの状態にしてお き、ただちに心肺蘇生を再開します。
- ●心肺蘇生を再開して2分経つとAEDが再度心電 図を解析するので、傷病者から離れます。
- ●以後、約2分間おきに、心肺蘇生とAEDの手順を 繰り返します。

AED使用手順

AEDが到着したら…

呼吸あり

呼吸なし

AEDについて

(自動体外式除細動器)

AEDとは、心室細動と呼ばれ る症状による心肺停止者に対し、 電気ショックを与えて心臓の動き を正常に戻すための装置で、救命 のためであれば一般市民でも使用 が可能です。

AEDの使用を含めた心肺蘇生 法の手順と実技は、消防機関や日 本赤十字社等が実施する救命講習 で学ぶことができます。

1. AEDの準備

- ●心肺蘇牛を行っている途中にAED が届いたら、すぐにAEDを使う準 備に移ります。
- ●傷病者の頭の近くに置くと操作し やすいです。
- ●AEDは、自分の体の右側に置くと 操作しやすいです。



2. AEDの電源を入れる

- ■AEDの電源は、機種によって、電 源ボタンを押すものとフタを開け ると自動的に電源が入るものがあ
- ●電源を入れたら、音声メッセージ と点滅するランプに従って操作し ます。



3. 電極パッドを貼り付ける

- ●傷病者の服の胸を開きます。
- ●電極パッドを袋から取り出し、胸の 右上と左下側の肌に直接しっかりと 貼り付けます。
- ●貼り付ける位置はパッドや袋のイラ ストを参考にします。
- ●小児に対しては、小児用パッドを使 用します(無い場合は成人用パッド を代用)。
- ※小児用モードがある場合は、切り替 えて使用します。



4. 傷病者から離れる

- ●電極パッドを貼り付けると、「体 から離れてください」と音声メッ セージが流れ、心電図の解析が始 まります。
- ●心電図の解析後、電気ショックが 必要な場合は、「ショックが必要で す」と音声メッセージが流れます。
- ●「ショックは不要です」と音声メ ッセージが流れたら、音声メッセ ージに従いただちに心肺蘇生を再 開します。



5. 電気ショック

- 「ショックが必要」と音声メッセ ージが流れた場合、自動的に充電 が開始されます。
- ●傷病者の体に誰も触れていないこ とを再確認します。
- ●充電が完了したら電気ショックを 行うよう音声メッセージが流れる ので、これに従いショックボタン を押します。

