

1 周囲の安全を確認

特に道路上では人や車の通りに注意して近づいてください

2 反応(意識)の確認

肩をを軽くたたきながら、大きい声で呼びかけます。

反応なし

反応あり

傷病者の訴えを聞いて、必要な応急手当てをします。

大声で叫んで応援を呼び、
119番通報とAEDを依頼する。

※誰もいなければ、自分で119番通報し、近くにAEDがあれば持ってきます。



3 呼吸の確認

10秒以内で普段通りの呼吸があるかどうかを確認します。

※胸部と腹部が上下に動いているか、目視で確認します。

呼吸なし

呼吸あり

【回復体位】

- ・上側の足を90度に曲げ、傷病者が仰向けにならないようにします。
- ・下あごを前にだし、上側の手の甲に顔を乗せます。

ただちに**胸骨圧迫**を開始します！

参考

突然の心停止直後には、「**死戦期呼吸**(しせんきききゅう)」と呼ばれるしゃくりあげるような途切れ途切れの呼吸がみられることがあります。このような胸と腹部の動きが普段どおりでない場合は、**心停止**と判断し、ただちに**胸骨圧迫**を行います。

4 胸骨圧迫(心臓マッサージ)

ポイント

★ 強く … 成人は約5cm、小児は胸の厚さの約1/3沈む程度

★ 速く … 100~120回/分

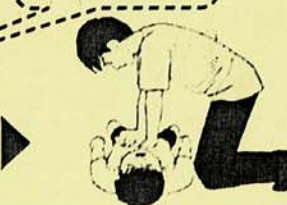
★ 絶え間なく…中断時間を最短にする



【胸の真ん中】



【手の組み方】



【傷病者と垂直な姿勢】

【協力者がいる場合】

疲れてくると気づかないうちに圧迫が弱くなったり、テンポが遅くなったりするので、1~2分を目安に交代します。

5 人工呼吸

(1) 気道確保

人差し指と中指をあご先にあてて、もう片方の手を額に当てます。あごの先を持ち上げて、頭を後ろに反らせます。

(2) 人工呼吸

気道を確保した状態で、おでこに当てた手をスライドし、傷病者の鼻をつまみます。

自分の口で傷病者の口を覆い、約1秒息を吹き込み、胸が少し上がるのを確認します。

同じ要領でもう一度吹き込みます。



★③の胸骨圧迫と④の人工呼吸を **30:2** の割合で行います

【感染防止のために】

- ・ハンカチやタオルを持っている場合は、傷病者の口と鼻にかぶせてから胸骨圧迫を行いましょう。
- ・傷病者が大人の場合、人工呼吸は省略してください。
- ・傷病者が子供の場合、人工呼吸を行う意思がある方は、胸骨圧迫に加えて人工呼吸を行います。
- ・人工呼吸用マウスピース(一方向弁付)等があれば、活用しましょう。
- ・救急隊に引き継いだ後は、速やかに手と顔を石鹸で十分に洗ってください。

6 AEDの操作方法



AEDは電源を入ると、メッセージで実施すべきことを指示してくれるので、落ち着いて操作しましょう。

【1】電源を入れる

ふたを開けると自動的に電源が入る機種もあります。



【2】電極パッドを貼る

胸部に直接パッドを貼ります。貼る位置はパッドに描かれています。

〔電極パッドを貼る際の注意事項〕

- 胸が濡れている場合は、タオル等でふき取ってからパッドを貼ってください。
- アクセサリーなどの金属は避けて電極パッドを貼ってください。
- 胸に貼付薬がある場合は、薬剤をふき取ってからパッドを貼ってください。
- ペースメーカーや、埋め込み型の除細動器などが埋め込まれている場合は、それらの出っ張りを避けて電極パッドを貼ってください。
- 胸毛が濃く、電極パッドが皮膚に密着できない場合は、胸毛を除去します。予備の電極パッドで胸毛を除去するか、AEDに付属しているカミソリなどで胸毛を除毛してから電極パッド貼ってください。
- 成人用と小児用の2種類のパッドが入っている場合は、未就学児(小学生に入るまでの小児)の傷病者には小児用パッドを使用し、小学生以上の傷病者に対して成人用パッドを使用してください。



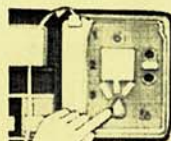
【3】心電図の解析

解析中は傷病者の体に触れないでください。

また、周囲の人が傷病者に触れないように注意してください。

【4】電気ショック

「電気ショックが必要です」という音声 flowed たら、傷病者の体に誰も触れていないことを確認してから、ショックボタンを押下します。
※「電気ショックは不要です」という音声 flowed 場合は、ただちに胸骨圧迫を再開します。



【5】心肺蘇生とAEDの手順をくりかえす

AEDは2分おきに解析をします。そのつど流れる音声に従ってください。

〔心肺蘇生を中止するとき〕

- ① 救急隊に引き継いだとき
 - ② 傷病者が目を開けたり、「普段どおりの呼吸」が出現したとき
- ※いずれの場合もAEDの電極パッドははがさず、電源も入れたままにしてください。



応急手当を身につけよう～成人編～

(胸骨圧迫とAEDの取り扱い)



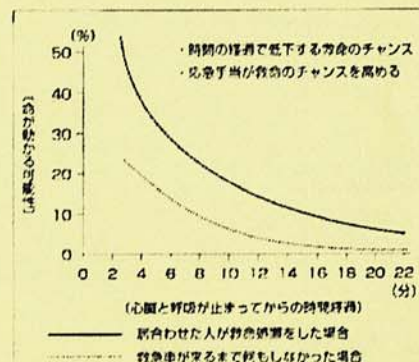
もしも、倒れている人を発見したり、目の前で誰かが倒れてしまったら…
あなたは、どうしますか？

●応急手当の重要性

119番通報し、救急車を要請した場合、救急隊の到着時間は、全国平均で約9分かかります。

右の図は、心臓と呼吸が停止した状態に陥ってしまった場合の時間経過と命が助かる可能性を示しています。

心臓と呼吸が停止し4分経過すると、命が助かる可能性は、救命処置をした場合が約40%であるのに対し、何もしなかった場合は約20%と半減してしまいます。



Holmberg M et al. Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out of hospital cardiac arrest patients in Sweden. Resuscitation. 47:29-36, 2003. より、一部改変して引用

その場に居合わせた人が救命処置を行うことは、「119番通報」と同様に重要です。

～今日の目標～

- ★胸骨圧迫を救急車が到着するまでできる
- ★AED(自動体外式除細動器)を正しく使用することができる



横浜市消防局
～救える命を救いたい～

横浜市港南消防署 港南区港南4-2-10
Tel 045 (844) 0119