

# 一次救命処置（心肺蘇生法）の流れ

まず、あなたの安全を守ってください。安全な場所ならば、患者の血液等に触れないよう、ビニール袋などを使用してください。

## ①反応（意識）があるか確認する

反応（意識）があるか確認しましょう。耳もとで「大丈夫ですか」または、「もしもし」と大声で呼びかけながら、肩を軽くたたき、反応があるかをみます。

大丈夫ですか？



## ②助けを呼ぶ

意識がない場合は、大声で「誰かきて！人が倒れています！」と助けを求めます。「あなたは119番へ通報してください。」「あなたはAEDを持ってきてください。」と要請します。

あなたは119番へ通報してください。  
あなたはAEDを持ってきてください。



## ③呼吸の確認

傷病者が「普段どおりの呼吸」をしているかどうか確認します。

- ・ 胸や腹部の動きがない。
- ・ 約10秒間確認しても呼吸の状態がよくわからない。
- ・ しゃくりあげるような、途切れ途切れにおきる呼吸がみられる。

これらの場合は「呼吸なし」と判断します。

胸、腹部の動きがない！  
「普段どおりの呼吸」なし！



## ④胸骨圧迫



圧迫位置



圧迫位置

普段どおりの呼吸がないと判断したら、ただちに胸骨圧迫を開始します。

平らな固い場所に仰向けに寝かせその横に膝立ちになります。胸の真ん中を、重ねた両手で『強く、速く、絶え間なく』圧迫します。体重をかけ、手の付け根の部分で5cm沈むように圧迫します。肘を真っ直ぐ伸ばし、1分間に100回のリズムで素早い圧迫と解除を30回繰り返します。30回の胸骨圧迫が終わったら人工呼吸⑤を2回行います。胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を救急隊やAEDが到着するまで繰り返します。

成人



小児



乳児



## ⑤人工呼吸（2回）※省略可

※口対口人工呼吸にためらいを感じる場合などは人工呼吸を省略し胸骨圧迫を継続してください。

傷病者が子どもの場合

乳児の場合は口と鼻を同時に覆って息を吹き込みます。

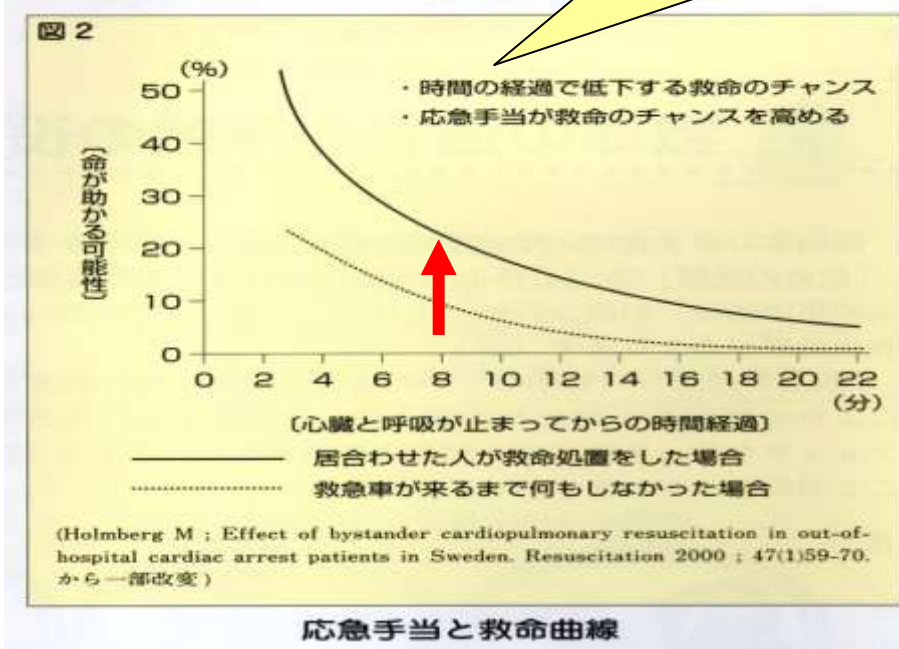


## ⑥心肺蘇生（胸骨圧迫と人工呼吸）の継続

# 生命を救う応急手当

～救急隊が到着してからでは遅いのです！～

救急車の全国平均到着時間  
約8分！！



「救える命」を救うために、あなたにもできることがあります！



## AED が到着したら

AEDは電源がはいると音声の流れ、操作の手順をランプ等で教えてくれますので、落ち着いて指示に従いましょう。



- ① AEDを傷病者の近くに置きます。
- ② AEDの電源を入れます。  
AEDは、ふたを開けると電源が入る機種とボタンを押して電源が入る機種があります。
- ③ 2個の電極パッドを取り出し、パッドに書かれているイラストの位置にしっかりと貼り付けます。



- ④ AEDの指示に従い「電気ショックが必要」と判断されたら誰も傷病者に触れていないことを確認しショックボタン(点滅しているボタン)を押します。

- ⑤ 心肺蘇生法とAEDの手順を繰り返します。

◎電気ショックの後や「ショックが必要ありません」などのメッセージが出た場合は直ちに胸骨圧迫を開始します。約2分ごとに再度AEDから指示がでます。(電気ショックの要・不要)以後、この手順を救急隊か医師に引き継ぐまで繰り返します。

みなさん、  
離れて！



### AEDの注意点

- ◎乳児にも、AEDを使用できます。◎乳児・未就学児には小児用のパッドを使用する。(なければ成人用を代用)
- ◎胸が濡れている場合、タオルで拭き取る。◎胸に貼り薬があれば剥し、きれいに拭き取る。
- ◎胸に機械が埋め込まれている場合、そこを避けて貼る。