

救急の手順

① 反応の確認

- 「大丈夫ですか?」「もしもし」と声をかけながら、肩を軽くたたきます。
- 交通事故の場合は、体をゆすったり、首を大きく動かさないようにします。



② 大声で叫び応援を呼ぶ(119番通報とAEDの手配)

「誰か来てください!人が倒れています!」などと、大声で叫んで注意を喚起します



③ 119番通報をしてAEDの手配する

- 協力者がいれば、119番通報とAEDの手配をします。
- 協力者がいない場合は、まず自分で119番通報をおこないます。小児・乳児の場合も同じです。



④ 呼吸をみる

- 普段どおりの呼吸があるかどうかを観察。
- 胸と腹部が動いていなければ呼吸が止まっていると判断します。



【参考】

突然の心停止直後には、「死戦期呼吸(しせんきこきゆう)」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。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。

⑤ 胸骨圧迫を行う。

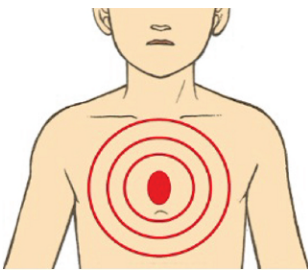
ただちに胸骨圧迫（心臓マッサージ）を行う

強く （成人は少なくとも5 cm、小児は胸の厚さの約1 / 3）

速く （少なくとも100回/分）

絶え間なく（中断を最小にする）

- 人工呼吸ができる場合は30:2で胸骨圧迫に人工呼吸を加える。
- 人工呼吸ができないか、ためられる場合は胸骨圧迫のみを行う。



【胸の真ん中】



【手の組み方】



【傷病者と垂直な姿勢】



【肘を伸ばした姿勢】

【傷病者が子どもの場合】

- 小児の場合は、両手でも片手でもかまいません。
- 乳児の場合は、胸の真ん中を、2本指（中指・薬指）でおします。
- 圧迫の強さは、胸の厚さの約1 / 3程度です。

⑥ 人工呼吸を行う（省略可能）

胸骨圧迫を30回続けたら、気道確保をして、人工呼吸を2回行います。
人工呼吸はしなくてもかまいません

（1）気道確保

- 片手で傷病者の額をおさえながら、もう一方の手の指先を傷病者のあごの先端、骨のある固い部分にあてて持ち上げます
- このような動作によって傷病者ののどの奥を広げ、空気の通り道を確認する方法を「頭部後屈あご先挙上法」と呼びます。



(2) 人工呼吸

- 気道確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみます。
- 傷病者の口を自分の口で覆い、1秒かけて吹き込み胸が軽く膨らむのを確認します。
- これを2回行います。(成功失敗にかかわらず2回) 終わったらすぐに、胸骨圧迫につづります。



⑦ 胸骨圧迫と人工呼吸の繰り返し(心肺蘇生法)

- ① 30回の胸骨圧迫が終わったら、人工呼吸を2回行います。
- ② この胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせ(30:2)を救急隊やAEDが到着するまで繰り返します。



【ほかに手伝ってくれる人がいる場合】

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分を目安に役割を交代します。

⑧ AEDが到着したら電源を入れ、電極パッドを装着する

心肺蘇生法を行っている途中で、AEDが届いたらすぐにAEDの準備を始めます。心電図の解析が始まるまで、絶え間なく胸骨圧迫は続けます

AEDは、電源を入れると音声メッセージとランプで、実施すべきことを指示してくれますので、落ち着いて操作しましょう。

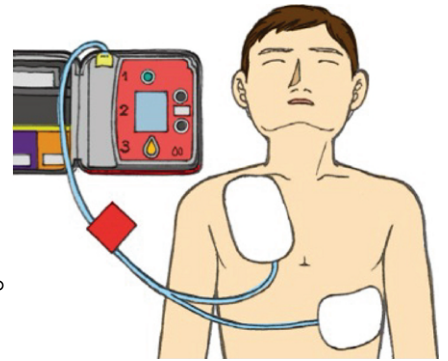
(1) 電源を入れる

AEDのふたをあけて、電源ボタンを押します。
(ふたをあ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

パッドを袋から取り出し、
傷病者の胸部に電極パッドを貼ります。

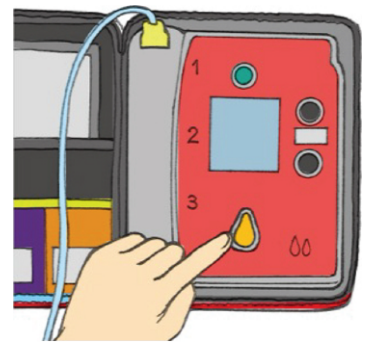


(3) 心電図の解析

パッドを貼ると、自動的に心電図の解析が始まります。

(4) 電気ショックと心肺蘇生の再開

- ア 「電気ショックが必要です」とメッセージが流れたら
誰も傷病者に触れていないことを確認して
ショックボタンを押します。
- イ 「ショックは不要です」とメッセージが出たら
ただちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開します。



(5) 心肺蘇生とAEDの手順の繰り返し

電気ショックが終わったら、
すぐに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開します。
※AEDは2分おきに自動的に心電図を解析しますので、
そのつど、メッセージに従います。



【電極パッド使用上の注意事項】

- 電極パッド（成人用パッドと小児用パッド）
AEDには、成人用と小児用の2種類のパッドが入ってる場合があります。
小学生以上の傷病者には、成人用の電極パッドを使用し、小児用は使用しないでください。
小学校に入るまでの小児（未就学児）には、小児用の電極パッドが入っていればこちらを使用します。
- 傷病者の胸が濡れている場合
タオル等で拭き取ってからパッドを貼ります。
- 心臓ペースメーカーや除細動器が植込まれている場合
電極パッドを貼る位置にペースメーカー等の突起がある場合は、ペースメーカーを避けて
電極パッドを貼りつけてください。