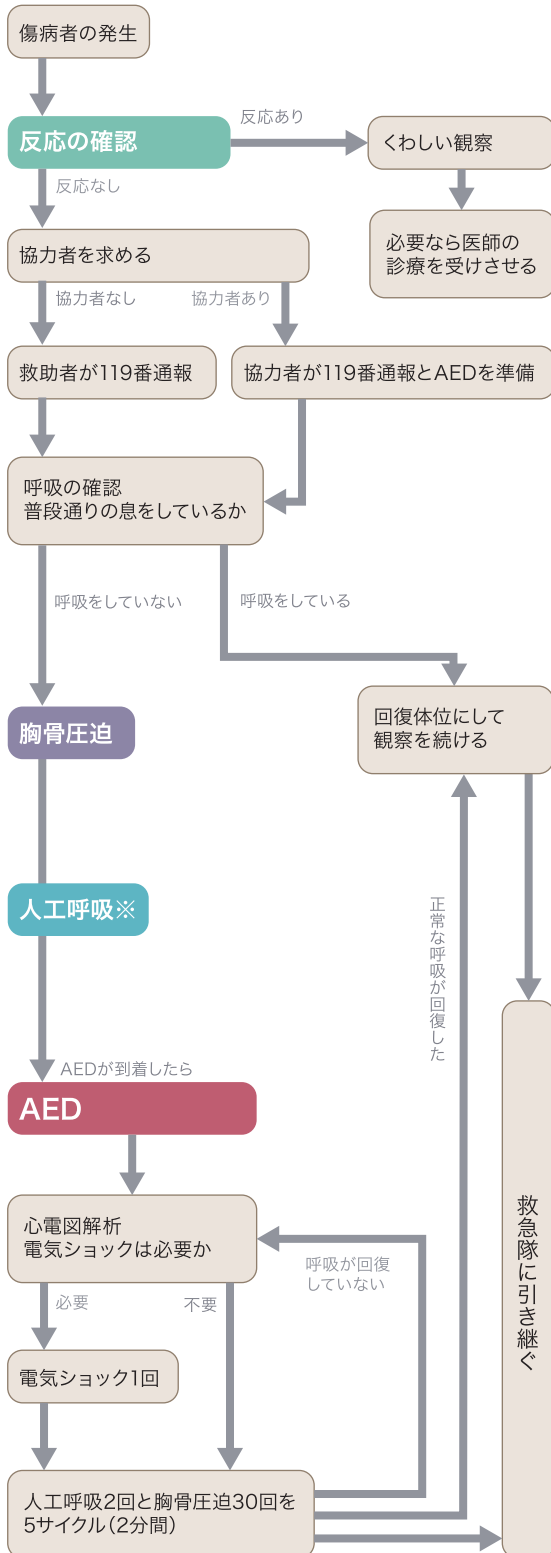


# 応急処置 | 心肺蘇生法

## 心肺蘇生法

心肺蘇生法は目の前に倒れている人を救う効果的な方法です。  
普段通りの呼吸がなければ人工呼吸は行わず胸骨圧迫を行います。

世界救急学会では5年に一度内容の検討を行います。  
(最新改訂2010年)



### 反応の確認

### 心肺蘇生法で最も大切

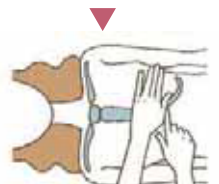
口やのどに詰まっているものがあればこれを指でかき出してやったり、胸を両わきから強く圧迫してはき出させたりする。



### 胸骨圧迫

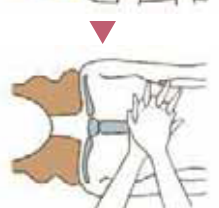
### 直ちに胸骨圧迫を行う

直ちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行う。AEDの到着、または救急隊に引き継ぐまで、何らかの応答がない限り胸骨圧迫(と人工呼吸)をくりかえす。



### 圧迫部位は胸の真中にある骨(胸骨)

固い床に傷病者を仰向けに寝かせ、傷病者の片側(胸のあたり)に両膝をつく。



### 圧迫部位に手を重ねて置く

圧迫部位に片方の手の手掌基部を置き、その上にもう一方の手を重ねて組む。その際、胸に指がつかないようにする。



### ひじを伸ばし垂直に圧迫

両ひじを伸ばし、垂直に体重をかけ、胸骨を4~5cm(成人の場合)沈むくらい押し下げる。手を胸骨から離さず、約20秒間で30回のペースで続けて行う。



### 人工呼吸

### 気道確保

あごを持ち上げながら、頭を後ろへ反らせて気道を確保する。



### 鼻をつまみ、1秒かけて息を吹き込む

額に置いた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまむ。口を大きく開けて、傷病者の口を覆い、1秒かけて傷病者の胸が上がるのがわかる程度の吹き込みを行う。これを2回続けて行う。(1回吹き込んだらいったん口を離し換気させる)

### AED

Automated External Defibrillator

一般人でも電気ショックによる除細動処置(心臓の痙攣を止める)を行うことができる医療機器で、的確に早い応急処置が可能になり緊急時における救命の重要な役割を担っています。操作方法は簡単です。電源を入れ電極パッドを貼れば、あとはコンピュータが自動的に判断しますので音声指示に従いボタンを押すだけです。ただし、1歳未満の乳児には使用できません。

### 【操作手順】

- ① 電源を入れる
- ② 音声ガイダンスをよく聞いて、指示のとおりにする

