

一次救命処置(心肺蘇生法)の流れ

最初に、周囲の状況を確認して安全の確保をしてください。安全な場所であれば、患者の血液、嘔吐物などに触れないよう、ビニール袋などを使用してください。

①意識の確認・応援を呼ぶ

意識があるか確認しましょう。「大丈夫ですか？」と肩をやさしく叩きながら大声で呼びかけます。呼びかけに何らかの反応がなければ「意識なし」です。
傷病者に反応がない場合は、「誰か来てください！」などと大声で叫び周囲の人を集めます。



②119番通報とAEDの手配

そばに誰かがいる場合は、119番通報を依頼します。また、近くにAEDがあれば持ってくるように頼みます。できれば、「あなた、119番通報をお願いします」「あなた、AEDを持ってきてください」などと指示をしてください。



③呼吸をみる

傷病者の呼吸を確認する為に、傷病者の胸と腹部の見やすい位置に移動し、胸と腹部が動いているか10秒以内に観察し確かめます。しゃくり上げるような途切れ途切れの呼吸（普通じゃない呼吸）の場合も胸骨圧迫（④）に進んでください。

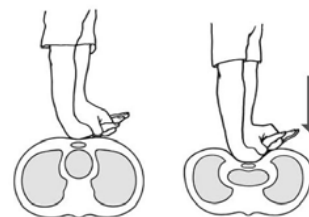
※反応はないが普段どおり呼吸がある場合は、気道確保（⑤-1）か、回復体位（右下図）にします。



④胸骨圧迫

呼吸が無ければ胸骨圧迫を行います。

- 1、平らな固い場所に仰向けで寝かせその横に座ります。
- 2、立ち膝となり、胸の真ん中に手のひらのつけ根を当てその手の上にもう一方の手を重ねます。
- 3、垂直に体重が加わるよう両肘をまっすぐに伸ばし、肩が圧迫部位(自分の手のひら)の真上になるようにします。
- 4、体重をかけ、手のひらのつけ根部分で少なくとも5cm沈み込むように強く速く圧迫を繰り返します。
- 5、1分間に少なくとも100回のリズムで圧迫し、30回繰り返し行います。
- 6、30回の胸骨圧迫が終わったら人工呼吸（⑤）を行います。



⑤気道確保・人工呼吸（2回）※省略可

胸骨圧迫を30回行ったら気道確保をして人工呼吸を2回行います。

- 1、片手で傷病者の額を押さえながら、もう一方の手の指先であごの先端（骨の部分）を持ち上げて頭を後ろにそらせ、支えます。
- 2、気道を確保したまま、額に当てた手の人差し指と親指で傷病者の鼻をつまみ、口を大きく開いて傷病者の口を覆って密着させ、息を吹き込みます。
- 3、傷病者の胸が上がるのを見てわかる程度の量を約1秒間かけて吹き込みます。
- 4、吹き込んだら、いったん口を離し、傷病者の息が自然に出るのを待ち、もう一度、口で口を覆って息を吹き込みます。
- 5、これを2回行います。吹き込みは成功失敗にかかわらず2回行い終わったらただちに胸骨圧迫を行います。
- 6、2回の吹き込みを行っている間の胸骨圧迫の中断時間は10秒以上にならないようにします。



息を吹き込む

息が自然に出るのを待つ

口対口人工呼吸の要点
・胸が上がるの見えるまで
・約1秒間かけて吹き込む
・吹き込みは2回



2回目の息を吹き込む

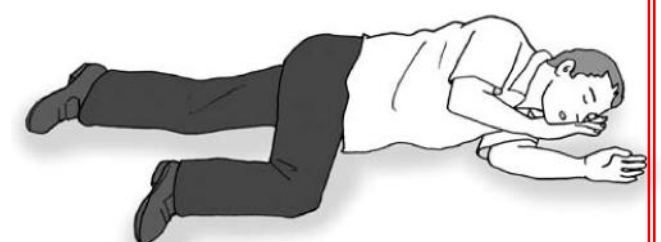
⑥胸骨圧迫と人工呼吸の繰り返し

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。

※人が多数いる場合は、胸骨圧迫を1～2分おきに交替して行います。

普段どおり呼吸がある場合（回復体位）

意識が戻らないがしっかりした呼吸がある場合、右図のような姿勢で観察を続けながら救急隊の到着を待ちます。下側になる腕を伸ばし、上になる腕を曲げ、その手の甲に傷病者の顔を乗せるようにします。横向きに寝た姿勢を安定させるために、傷病者の上になる膝を約90度曲げ前方にだします。

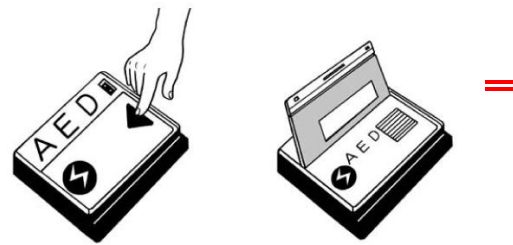


AEDが到着したら

AED が到着したら電源を入れて、音声の指示に従いましょう。

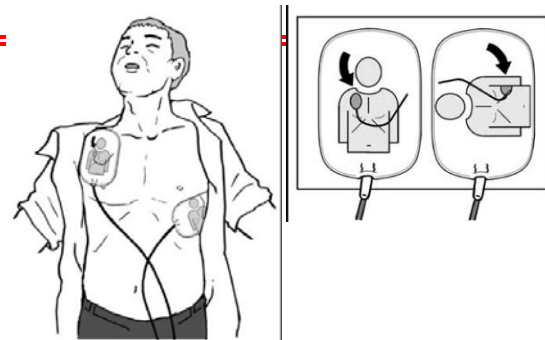
①AEDの電源を入れる

AED を持ってきたら傷病者の横に置き、電源を入れます。電源はボタンを押すものと、ふたを開けたら電源が入るものがあります。AED は傷病者の頭の近くに置くと操作しやすくなります。



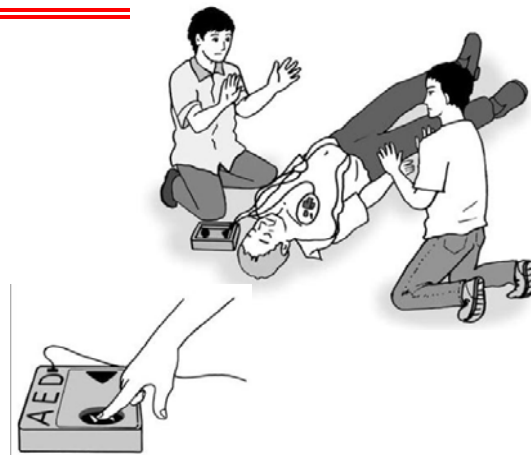
②パッドを装着する

電源を入れたらパッドを袋から取り出しパッドに書かれている絵のとおり傷病者にしっかりと貼ります。※機種によってはパッドを装着後本体のケーブル差込口に差すものがあります。※パッド装着時の注意点はAEDの注意点(⑤)のとおりです。



③電気ショックの判断

パッドを装着するとAEDの解析が始まります。AEDの指示に従い「電気ショックが必要です」などのメッセージが流れた場合、自動的に充電を開始します。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。電気ショックの後にはただちに胸骨圧迫(④)に進みます。「ショックは不要です」などのメッセージが流れた場合はただちに胸骨圧迫(④)に進みます。



④心肺蘇生とAEDの繰り返し

AEDは2分おきに自動的に解析を行います(電気ショックの判断)。以後、救急隊や医師到着まで心肺蘇生とAEDの手順を繰り返します。救急隊到着までは普段どおりの呼吸をしはじめてもAEDのパッドは剥さず、電源も入れたままにしておいてください。

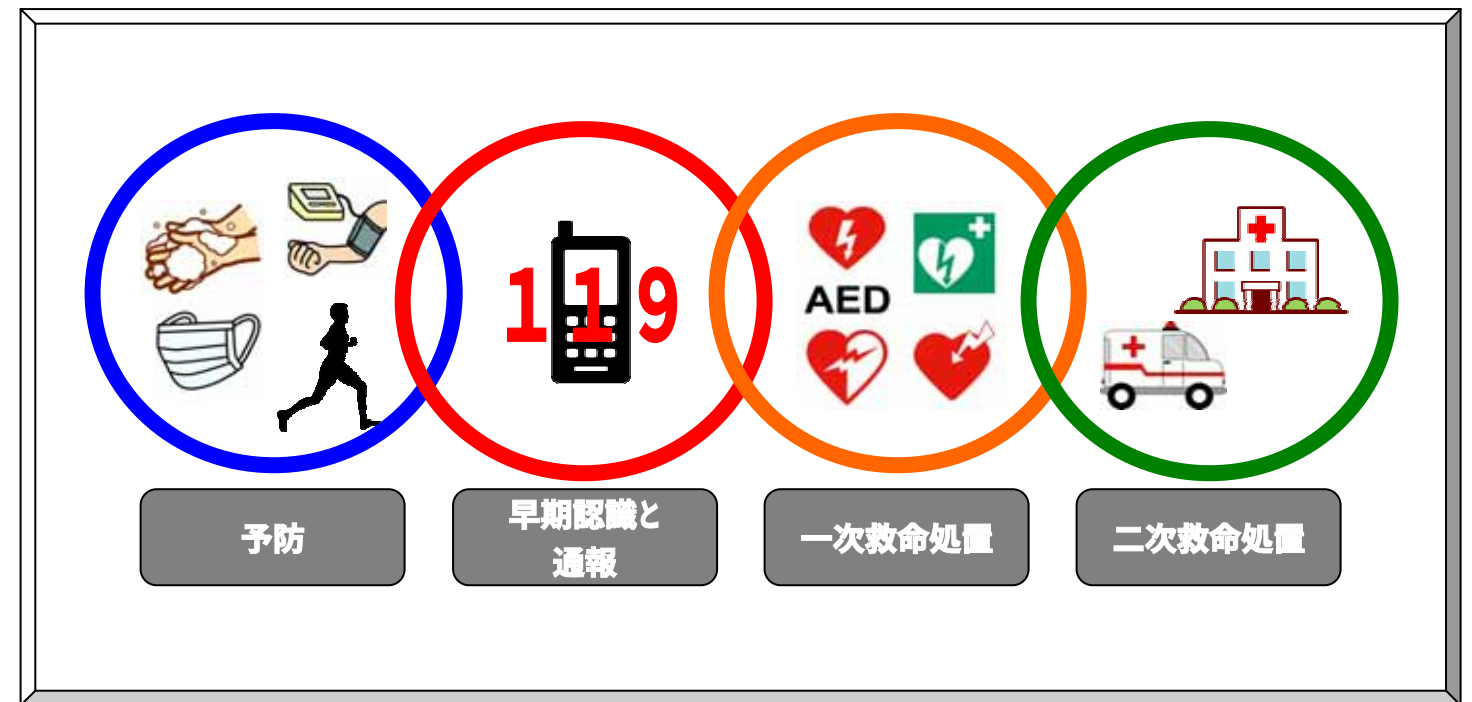


⑤AEDの注意点

- 1、傷病者が濡れている場合(タオルで拭く)
- 2、貼り薬がある場合(貼り薬を剥し、きれいに拭く)
- 3、医療器具が胸に植込まれている場合(出っ張りを避けて貼る)

救急蘇生法 (G2010)

～だれかが倒れた時、あなたは何ができますか?～



毎月9日は救命講習会の日です 北見地区消防組合消防本部

お問合せ：TEL (0 1 5 7 - 2 5 - 1 5 1 8)

(北見地区消防組合消防本部 警防課 救急担当)

その他の処置：異物除去法

食べ物を喉に詰まらせてしまった場合は、反応がある場合は、手のひらの基部で左右の肩甲骨の中間辺りを強く叩きます。反応がない場合は、心肺蘇生の手順を開始します。



その他の処置：止血法

出血がある場合は、止血を行います。出血部位にガーゼや布などを当て、傷口に直接圧迫を行います。ガーゼや布から血液が染み出してきた場合は、圧迫部位から外れているか、圧迫する力が弱いので出血部位を確実に押さえてください。止血の際は、血液に触れないよう可能であればビニール袋等を手袋代わりに使用してください。

