

【心肺蘇生法とAEDの取扱い方】

—愛する人を救うのはあなたです！—

1反応を確認する

傷病者を発見し、近寄る前には周囲の安全を確認し、状況にあわせて自らの安全を確認してから近づきます。

耳もとで大声で呼びながら、肩を軽くたたき、反応があるかないかを見ます。目を開けない、返答がないなら「反応なし」と判断します。



2助けを呼ぶ

反応がなければ、大きな声で「誰か来て！ 人が倒れています！」と助けを求めます。

協力者が来たら、「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。



3気道確保

片手を額に当て、もう一方の手の人差指と中指の2本をあご先(骨のある硬い部分)に当てて、頭を後ろにのけぞらせ(頭部後屈)、あご先を上げます(あご先挙上)。



4呼吸の確認

傷病者が正常な呼吸(普段どおりの息)をしているかどうかを確認します。

気道を確保した状態で自分の顔を傷病者の胸に向けながら、頬を傷病者の口・鼻に近づけます。10秒以内で、胸や腹部の上がり下がりを見て、息の音を聞いて、頬で息を感じます。



(参考)回復体位

反応はないが正常な呼吸(普段どおりの息)をしている場合は、気道の確保を続けて救急隊の到着を待ちます。吐物などによる窒息の危険があるか、やむを得ず傷病者のそばを離れたときには、傷病者を写真のような回復体位にします。



5人工呼吸

正常な呼吸(普段どおりの息)がなければ、口対口人工呼吸により息を吹き込みます。

気道を確保したままで、額に当てた手で、鼻をつまみ、大きな口をあけて傷病者の口を覆い、空気が漏れないようにして、息を約1秒かけて吹き込みます。傷病者の胸が持ち上がるのを確認します。いったん口を離し、同じ要領でもう1回吹き込みます。

※うまく胸が上がらない場合でも吹き込みは2回までとし、すぐに胸骨圧迫に進みます。

人工呼吸がためられる場合には、人工呼吸を省略し、すぐに胸骨圧迫に進みます。



6胸骨圧迫(心臓マッサージ)

胸の真ん中を重ねた両手で「強く、早く、絶え間なく」圧迫します。胸の真ん中(乳頭と乳頭を結ぶ線の真ん中)に片方の手の付け根を置き片方の手をその手の上に重ねます。肘をまっすぐに伸ばして手の付け根の部分に体重をかけ、傷病者の胸が4~5センチメートル沈むほど強く圧迫します。1分間に100回の速いテンポで30回連続して絶え間なく圧迫します。圧迫と圧迫の間は、胸がしっかり戻るまで十分に圧迫を解除します。

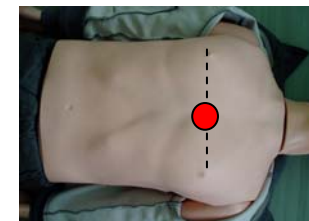


胸骨圧迫位置

7心肺蘇生法の実施

胸骨圧迫を30回連続して行った後に、人工呼吸を2回行います。この胸骨圧迫30回と人工呼吸2回(30対2)を救急隊に引き継ぐまで絶え間なく続けます。

救助者が二人以上いる場合は、2分間程度を目安に交代して、絶え間なく続けることが大切です。



AEDが到着したら

8AEDの到着と準備

AEDを傷病者の頭部の横に置きます。ケースから本体を取り出し、AEDの電源を入れます。その後は音声メッセージとランプに従って操作します。

※蓋を開けると自動的に電源が入る機種もあります。



9電極パッドを貼る

傷病者の衣服を取り除き、電極パッドと肌間にすき間がないよう、しっかり貼り付けます。貼り付ける位置は電極パッドに表示されています。

※出来るだけ心肺蘇生を中断しないよう貼り付けます。

電極パッドを貼り付ける前に、胸毛、金属類、貼付薬、水気や発汗などがある場合、取り除けるものは除去し、ペースメーカーなどがある場合は離して、電極パッドを貼り付けます。



10コネクターの接続

AED本体のランプが点滅している差込口にコネクタを接続します。



11心電図の解析

コネクターを接続すると「患者に触れないでください」と音声メッセージが流れ、自動的に心電図の解析が始まります。
「離れてください」とメッセージが出たら、「みなさん、離れて！」と周りの人に注意を促し、誰も傷病者に触れていないことを確認します。



12電気ショック

AEDが電気ショックを加える必要があると判断すると「ショックが必要です」「充電中です」「患者から離れてください」「ショックが必要です」「オレンジボタンを押してください。」などと音声メッセージが流れ、自動的に充電が始まります。
充電が完了すると、ショックボタンが点灯します、「ショックします みんな離れて！」と周りに注意を促し、傷病者に誰も触れていないことを確認し、ショックボタンを押します。



13心肺蘇生法を再開

電気ショックが完了したら、胸骨圧迫を開始し、心肺蘇生法を再開します。
2分ごとにAEDは自動的に心電図の解析を行います。音声メッセージに従って、救急隊が到着するまで心肺蘇生法を実施してください。
人工呼吸、胸骨圧迫、AEDについては以下のとおりの変更点があります。



【小児と乳児】

救命処置の方法は、子供でも、約8歳以上の場合は、成人と同じ救命処置を実施します。
約8歳未満の場合は小児として、そのなかでも1歳未満を乳児として扱います。
小児や乳児の場合、もし、救助者が自分しかいない場合には、119番通報やAEDの手配をあとまわしにして、まず2分間の心肺蘇生法を先に行います。その後119番通報を行い、戻って心肺蘇生を続けます。

小児(1歳以上8歳未満)

人工呼吸

成人と同様に行います。

胸骨圧迫(心臓マッサージ)

テンポ及び圧迫位置は成人と同様ですが、圧迫の深さは胸の厚みの1/3とし体型に合わせ、片手または両手により圧迫します。



AED

小児にも成人と同様にAEDは使用できますが、小児用パッドが備わっている場合には、小児用パッドを用います。

乳児(1歳未満)

人工呼吸

成人と同様に、1回1秒かけ胸が上がるのが見えるまで2回息を吹き込みますが、口を覆うとき口と鼻も同時に覆い人工呼吸を行います。同時に覆えないときは、通常の成人と同様に行います。



胸骨圧迫(心臓マッサージ)

テンポ及び圧迫位置は成人と同様ですが、圧迫の深さは胸の厚みの1/3とし指2本で、乳頭を結ぶ線の少し足側を圧迫します。

AED

乳児には使用しません。