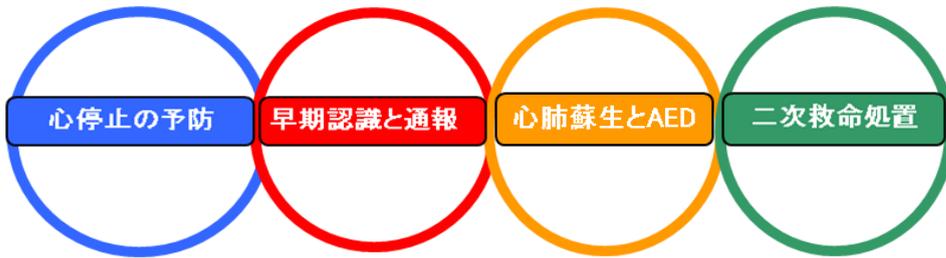


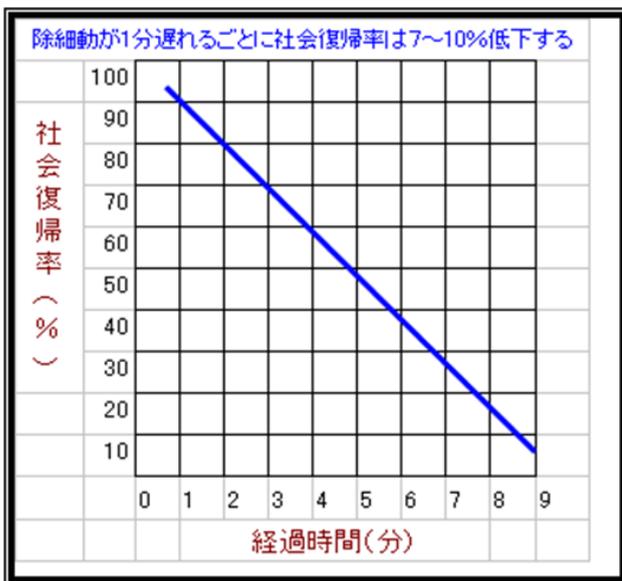
心肺蘇生法の手順とAED(自動体外式除細動器)の使用方法

救命の連鎖(Chain Of Survival)



- 心停止の予防・・・心停止を未然に防ぐことが何より大事です
- 早期認識と通報・・・心停止を認識したら応援を呼び119番通報
- 心肺蘇生とAED・・・心肺蘇生法とAEDを用いての除細動
- 二次救命処置・・・医療機関における医療処置

心室細動の時間経過による社会復帰率



心室細動とは・・・

心臓がケイレンしたように細かくふるえている状態のことです。この状態は、心臓から脳やからだに必要な血液が送り出せなくなる致死的不整脈の状態で、この細かなふるえを取り除き、正常な状態に戻すためにAEDという器具を使い電気ショックを与える必要があります。

一次救命処置

心肺蘇生法の手順

1 意識を確認する



肩をやさしくたたきながら耳元で段々と声を大きくして呼掛ける！
「もしもし、だいじょうぶですか？」

2 助けを呼ぶ

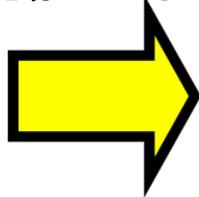


反応がなければ、大声で周囲の人に119番通報とAEDを持ってきてもらうよう手配しましょう。

3 呼吸を見る



呼吸がなければ
心停止とみなし



呼吸は胸と腹部の動きを見て「普段どおりの呼吸か」を10秒以内で確認する。

4 胸骨圧迫(心臓マッサージ)



胸の真ん中を少なくとも5cm沈むまで
毎分100回のリズムで30回圧迫します。

5 人工呼吸



胸が軽く上がるのが見えるまで、1回に
約1秒間かけて2回吹き込む。人工呼吸
が出来ない時は省略可能です。

胸骨圧迫のポイント！

- ・ 圧迫の位置は胸の真ん中
- ・ 強く(胸が少なくとも5cm程度沈むまで)
- ・ 速く(1分間に少なくとも約100回のテンポで)
- ・ 絶え間なく(30回連続で)
- ・ 圧迫の充分な解除

人工呼吸のポイント！

- ・ 気道確保をしたままで、鼻をつま
- ・ 胸が軽く上がるのが見えるまで
- ・ 約1秒間かけて吹き込む
- ・ 吹き込みは2回
- ・ 感染防止のためハンカチもしくは
タオル等を傷病者の口にあててか
ら吹き込みます

AED・救急隊が到着するまで胸
骨圧迫・人工呼吸を繰り返す

AED(自動体外式除細動器)の使用方法



AED(自動体外式除細動器:Automated External Defibrillator)とは・・・

突然心停止状態(心室細動)になった場合に電気ショックを与えて、正常な状態に戻すための医療器具です。2枚の電極パッドを張るとコンピューターが自動的に電気ショックが必要か？必要でないか？を解析して音声と点滅ランプで教えてくれます。

*平成16年7月以降に一般市民も使用出来るようになりました。

7 AEDの到着と準備



心肺蘇生法を中断することなくAEDを準備します。* AEDを持ってきた人がAEDを使えない時は、胸骨圧迫を交代してもらいましょう。

8 電源を入れる



ふたを開けるとスイッチが入るタイプと電源ボタンを押す2つのタイプがあります。

9 電極パッドを貼り付ける



電極パッドは、上半身の衣服を脱がせ素肌にしっかりと密着させる。胸の右上(鎖骨の下で胸骨の右)と胸の左下(わきの下5~8cm乳頭の斜め下)



10 心電図の解析



AEDの音声メッセージで「患者から離れてください」とメッセージがあったなら周囲の人が誰も触れていないことを確認します。

電極パッドを張る時のポイント!

- ・胸が濡れていたら乾いたタオル等で拭いてから貼る。
- ・皮膚の下にペースメーカー等があれば皮膚の出っ張りをさせて貼る
- ・ニトロシール等の貼り薬があれば剥がして拭いてから貼る
- ・胸毛が多い場合は、電極パッドの密着が悪くなるので予備パッド等で取り除いてから貼る。

11 電気ショック



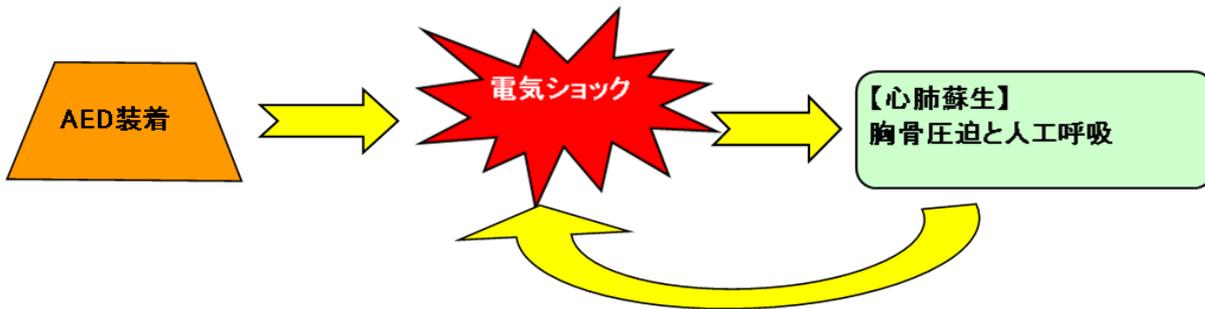
電気ショックが必要な時には、ショックボタンが点滅しますので、しっかりと押します。

12 心肺蘇生法を再開する



電気ショックの後は、すぐに心肺蘇生を再開します。

心肺蘇生とAEDの手順を繰り返す



心肺蘇生法とAEDの手順の繰り返し

- 心肺蘇生を再開して2分間経過するとAEDが自動的に心電図を解析します。音声メッセージに従ってください。
- 以後、約2分ごとに、心肺蘇生とAEDの手順を繰り返します。

心肺蘇生はいつまで続けるのか？

- 傷病者が(嫌がって)動き出すか、または救急隊(あるいは専門の救護者)に引き継ぐまで心肺蘇生とAEDを繰り返してください。
- 傷病者が(嫌がって)動き出して、心肺蘇生が中止できたとしても、いつ再び心臓が停止してAEDが必要になるかわからないので、AEDの電極パッドは胸からはがさず、電源も入れたままにしておいてください。

年齢区分

成人	15歳以上
小児	1歳以上15歳未満
乳児	生後29日～1歳未満

未就学児はおよそ6歳まで

年齢別比較表

年齢		成人(15歳以上)	小児(1～15歳未満)	乳児(生後29日～1歳未満)
一次救命処置				
通 報		反応がなければ、その場で大声で叫んで周囲の注意を喚起し、CPRを開始すると同時に周囲の人に119番通報とAEDの手配を依頼し自らはCPRを継続する。(二人以上の場合)		
呼吸の確認		一人のときは119番通報を行い、近くにAEDがあれば取りに行き、その後CPRを開始する。		
心肺蘇生開始の判断		呼吸は胸と腹部の動きを見て「普段どおりの呼吸か」を10秒以内で確認する。 「普段どおりの呼吸」がない場合、特に死戦期呼吸(いわゆる喘ぎ呼吸)を認める場合は心停止とみなす。		
胸骨圧迫	圧迫の位置	胸骨圧迫の位置の目安は胸の真ん中(左右の真ん中で、かつ、上下の真ん中) (必ずしも衣服を脱がせて確認する必要はない)		
	圧迫の方法	両手で	両手で (片手でもよい)	2本指で
	圧迫の深さ	少なくとも5cm	少なくとも胸の厚みの1/3	
	圧迫のテンポ	少なくとも1分間に約100回		
	胸骨圧迫と人工呼吸の比	30:2		
	人工呼吸(省略可能)		約1秒かけて2回吹き込む・胸が上がるのが見えるまで 口対口、口対口鼻人工呼吸を行う際には感染防護具を使用することが望ましい。	
AED	装着のタイミング	到着次第		
	電極パッド	成人パッド	未就学児までは小児パッド (ない場合は成人用パッド)	
	電気ショック後の対応	ただちに心肺蘇生を再開		
気道異物による窒息	反応あり	腹部突き上げ法	背部叩打法	
	反応なし	背部叩打法	(片腕にうつぶせに乗せ)	
		通常の心肺蘇生の手順		