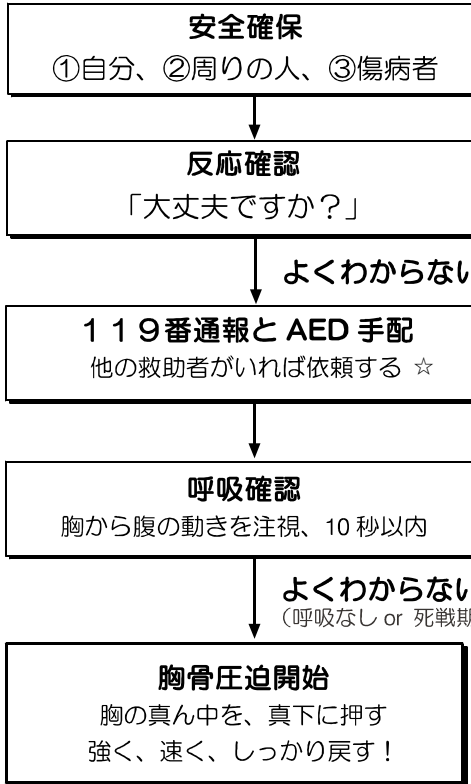


ガイドライン 2010 準拠 成人の CPR



反応あり

自己紹介:

「救急法の心得があります。
何かお手伝いできますか?」

手に負えないと思ったら応援要請 / 119 番

ファースト エイド

呼吸あり

呼吸が止まらないか、観察を続けながら救急車を待つ

呼吸に懸念があれば、気道確保、回復体位を考慮

息をしていれば
大丈夫!

強く速く、
しっかり戻す!

※AEDが届いたらすぐに電源を入れて音声指示に従う
※痛がる、など目的を持った動作が見られたら呼吸確認のボックスへ



圧迫部位は、「胸骨の下半分」。胸の真ん中を目安に、手の平のつけ根を置く

質の高いCPRのポイント

- ・ 圧迫の速さは、少なくとも 100 回 / 分
- ・ 圧迫の深さは、少なくとも 5 cm
- ・ 圧迫毎に力を抜き胸壁を完全に元の位置に戻す
- ・ 胸骨圧迫の中断は最小限に

☆他に誰も人がいなければ自分で 119 番通報し、近くに AED があるのを知っていれば、傷病者を現場に残してでも自分で取りに行く。成人 (大人) の心停止の原因の大半は不整脈によるものなので、心肺蘇生を開始するより AED を速く使用するための努力が優先される

反応確認のポイント: 両肩を叩きながら「大丈夫ですか?」と呼びかける。返事、動き、瞬き、顔をしかめるなどが見られなければ「反応なし」と判断

呼吸確認のポイント: 傷病者の胸から腹をよく見て普段どおりの呼吸の動き (上下運動) がないか、探るように眺め渡す。10 秒かけてもよく分からないときは「呼吸なし」と判断する

死戦期呼吸: 心停止直後の数分間に見られる、間隔のあいたしゃくりあげるような「口パク」の動き。このような「普段どおりの呼吸」でない場合は、心停止の兆候と判断し、胸骨圧迫を開始する

心臓が停まっても体は動くことがある!

AEDが届いたらすぐに使う

1. 電源を入れる
2. 音声メッセージの指示に従う
 - a. パッドを装着する
 - b. 心リズム解析「みんな離れて!」
 - c. ショックの前に、再度誰も触れていないことを確認する「みんな離れて!」
 - d. ショックボタンを押す
 - e. 音声指示に従い、胸骨圧迫開始