

9月9日は『救急の日』 9月9日～15日は『救急医療週間』

消防署では、救急の日及び救急医療週間に合わせて『心肺蘇生法の実技講習』を行っております。
いざという時のためにも、是非この機会にご近所の方やお友達、職場の同僚の方などと『心肺蘇生法・応急処置法』を体験してみませんか。

【問い合わせ先】消防署 (☎2-2049)

1 意識があるか確認

まず意識があるか確認します。「大丈夫ですか？」などと声をかけながら、傷病者の肩を軽く叩き、呼びかけに反応がなければ「意識なし」です。頭や首にけががあるとき、またはその可能性があるときは、体を揺すったり首を動かしたりしてはいけません。



2 119番通報とAEDの手配



意識がない場合は大声で近くの人に助けを求め、「あなたは119番通報してください」「あなたはAEDを探して持ってきてください」などと指示します。次に、AED装着に備えて傷病者の胸部の衣服を取ります。

傷病者が子どもの場合

救助者が一人の場合、119番通報やAEDの手配は後回しにして、2分間程度の心肺蘇生(6)を行います。

●一次救命救急処置における「子ども」とは、1歳未満の「乳児」と、1歳以上8歳未満の「小児」のこと。

3 気道の確保

- 1 あお向けに寝かせます。
- 2 片手の手のひらを傷病者の額に当てます。
- 3 もう片方の手の人さし指と中指で下あごの先を持ち上げて、頭を後ろにそらします。下あごに当てた指は、あご先の骨の部分だけを支えます。



4 呼吸を確認



気道を確保したまま、見て(胸のふくらみや上下動)、聞いて(普段どおりの息をしているか耳を口に近づける)、感じて(ほおで空気の流れを受ける)呼吸を確認します。しゃくりあげるような呼吸が途切れ途切れに起きている(死戦期呼吸)ときは、すぐに心肺蘇生(6)に進んでください。

5 人工呼吸(2回) ※省略可

呼吸が十分でなければ人工呼吸をします。

- 1 気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人さし指で傷病者の鼻をつまみ、傷病者の口を自分の口でおおって、1秒かけてゆっくりと息を吹き込みます。
- 2 傷病者の胸が軽くふくらむのを確認します。
- 3 この人工呼吸を2回行います。終了後は、人工呼吸の成功・失敗にかかわらず、ただちに心臓マッサージ(6)に移ってください。



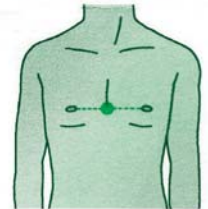
傷病者が子どもの場合

乳児の場合は、口と鼻を同時におおって呼吸を吹き込みます。

6 心臓マッサージと人工呼吸の組み合わせ(心肺蘇生)

- 1 平らな場所にあお向けに寝かせ、その横わきに両ひざ立ちになります。
- 2 乳頭と乳頭を結ぶ線の真ん中に、両手の手のひらのつけ根を重ねます。
- 3 体重をかけ、傷病者の胸が4～5cm沈むように圧迫します。
- 4 体を起こし、手の力をゆるめます。1分間に約100回のテンポで圧迫し、これを30回繰り返します。
- 5 30回の心臓マッサージが終わったら、人工呼吸(5)を2回実施します。「心臓マッサージ30回、人工呼吸2回」を1サイクルとし、救急隊やAEDが到着するまで繰り返します。

●圧迫部位の目安は、「乳頭と乳頭を結ぶ線の真ん中」



●1分間に100回のテンポ
●胸が4～5cm沈むように

●心肺蘇生は1サイクル(30対2)



◀心臓マッサージ 30回

▼人工呼吸 2回



傷病者が子どもの場合

- 乳児の圧迫部位は、両乳頭を結ぶ線より少し足側になります。
- 圧迫方法は、小児の場合片手でも可、乳児の場合2本指で行います。
- 小児・乳児の場合、胸の厚みの1/3程度沈むように圧迫します。