

救命処置の流れ（心肺蘇生とAEDの使用）

1. 心肺蘇生法の手順

（1）反応（意識）を確認する

傷病者の耳もとで「大丈夫ですか」または「もしもし」と大声で呼びかけながら、肩を軽くたたき、反応があるかないかをみます。目を開けたり、またはなんらかの返答やしぐさがなければ「反応なし」と判断します。



（2）助けを呼ぶ

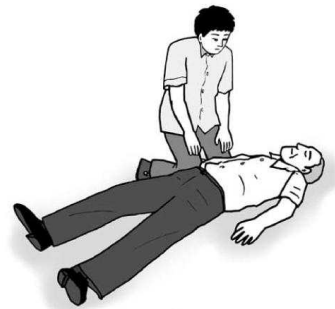
反応がなければ、大きな声で「誰か来て！人が倒れています」と助けを求めます。

協力者が来たら、「あなたは119番へ通報して下さい」「あなたはAEDを持ってきて下さい」と具体的に依頼します。



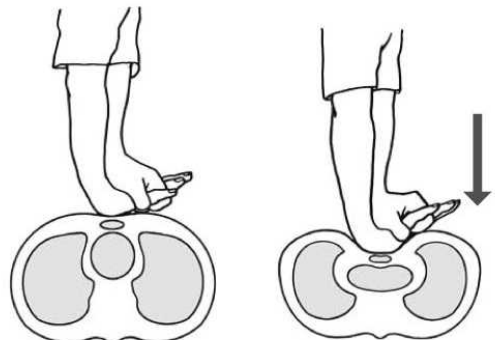
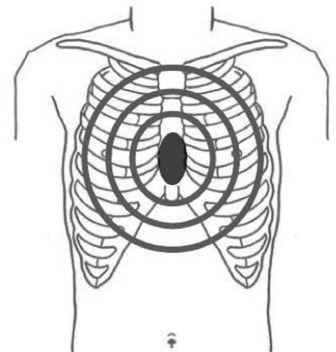
（3）呼吸の確認

傷病者が「普段どおりの呼吸」をしているかどうかを確認します。傷病者のそばに座り、10秒以内で傷病者の胸や腹部の上がり下がりを見て、普段どおりの呼吸をしているか判断します。次のいずれかの場合には「普段どおりの呼吸なし」と判断します。①胸や腹部の動きがない場合、②約10秒確認しても呼吸の状態がよく分からない場合、③しゃくり上げるような途切れ途切れに起きる呼吸の場合。



（4）胸骨圧迫

傷病者に普段どおりの呼吸がないと判断したら、ただちに胸骨圧迫を開始し、全身に血液を送ります。胸の真ん中（右図）を、重ねた両手で「強く、速く、絶え間なく」圧迫します。傷病者の胸が少なくとも5cm沈むほど強く、1分間に少なくとも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。



(5) 人工呼吸

30回の胸骨圧迫終了後、口対口人工呼吸により息を吹き込みます。

①気道確保（右図、頭部後屈あご先挙上法）

片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先に当てて、頭を後にのけぞらせ（頭部後屈）、あご先を上げます（あご先挙上）。これにより、傷病者の喉の奥を広げて空気を肺に通しやすくします。



②人工呼吸

気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみます。口を大きく開けて傷病者の口を覆い、空気が漏れないようにして息を1秒かけて吹き込みます。いったん口を離し、同じ要領でもう1回吹き込みます。



息を吹き込む



息が自然に出るのを待つ

※傷病者の顔面や口から出血している場合や、口と口を直接接触させて口対口人工呼吸を行うことがためられる場合には、人工呼吸を省略し、胸骨圧迫のみを続けます。

(6) 心肺蘇生（胸骨圧迫と人工呼吸）の継続

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。この胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ（30：2のサイクル）を、傷病者が目を開けたり、普段どおりの呼吸をし始めたり、または救急隊に引き継ぐまで絶え間なく続けます。

胸骨圧迫を続けるのは疲れるので、もし救助者が2人以上いる場合は、1～2分程度を目安に、胸骨圧迫の役割を交代するのがよいでしょう。

心肺蘇生法のまとめ（胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせは30：2）	
胸骨圧迫30回	人工呼吸2回
• 胸の真ん中（胸骨の下半分）を圧迫 • 強く（少なくとも胸が5cm沈む込むまで） • 速く（少なくとも1分間に100回のテンポ） • 絶え間なく（30回連続） • 圧迫と圧迫の間は力を抜く（胸から手を離さずに）	• 口対口で鼻をつまみながら息を吹き込む • 胸が上がる程度 • 1回約1秒かけて • 2回続けて試みる • 10秒以上かけない

2. AEDの使用手順

(7) AEDの到着と準備

- ①AEDを傷病者の近くに置きます。
 - ②AEDのふたを開け、電源ボタンを押します。ふたを開けると自動的に電源が入る機種もあります。
 - ③電源を入れたら、以降は音声メッセージと点滅するランプに従って操作します。
 - ④電極パッドを貼ります。傷病者の衣類を取り除き、胸をはだいたら、電極パッドの袋を開封し、電極パッドをシールからはがし、粘着面を傷病者の胸の肌にしっかりと貼り付けます。機種によっては電極パッドのケーブルをAED本体の差し込み口（点滅している）に入れるものがあります。
- ※電極パッドの貼る位置については右図のように傷病者の胸の右上（鎖骨の下）および胸の左下側（脇の5～8cm下）の位置に貼り付けます（貼り付ける位置は電極パッドに絵で表示されていますので、それに従ってください）。



(8) 心電図の解析

電極パッドを貼り付けると「体に触れないでください」など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。このとき、誰も傷病者に触れていないことを確認します。

※「ショックは不要です」などの音声メッセージが流れた場合は、ただちに胸骨圧迫を再開します。



(9) 電気ショック

- ①AED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」などの音声メッセージが流れ、自動的に充電が始まります（充電には数秒かかります）。
- ②充電が完了すると「ショックボタンを押してください」などの音声メッセージが流れ、ショックボタンが点灯しますので、「ショックを行います、皆さん、離れて！」と注意を促し誰も傷病者に触れていないことを確認し、ショックボタンを押します。



(10) 心肺蘇生の再開

電気ショックが完了すると、「ただちに胸骨圧迫を開始してください」などの音声メッセージが流れますので、これに従って、ただちに胸骨圧迫を再開します。

(11) AEDの手順と心肺蘇生の繰り返し

心肺蘇生を再開して2分ほど経ったら再びAEDが自動的に心電図の解析を行いますので、音声メッセージに従って傷病者から手を離し、周りの人も傷病者から離れます。以降は（8）心電図の解析、（9）電気ショック、（10）心肺蘇生の再開の手順を、約2分おきに繰り返します。