

# 心肺蘇生法の流れ

## 傷病者発生



① 安全確認

② 反応の確認

反応なしまたは判断に迷う

③ 助けを呼ぶ・119番通報・AED手配・通信員の指示



④ 呼吸の確認

呼吸あり

呼吸なし  
普段通りの呼吸ではない※2  
判断に迷う

⑤ただちに胸骨圧迫を開始する  
胸骨圧迫30回と⑥人工呼吸2回  
の組み合わせを繰り返す



AED装着

心電図解析  
電気ショックは必要か？

必要あり

必要なし

電気ショック  
ショック後ただちに  
胸骨圧迫から再開

ただちに  
胸骨圧迫から再開

**強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を！**

救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に普段どおりの呼吸や目的のある仕草が認められるまで続ける。自分の身に危険が及んだ時  
もただちに中止し、安全を確保する。



大量出血の場合は、  
直接圧迫止血法！

# 救 急 講 習

①安全確認  
自分自身の安全を確保することは傷病者を助けることよりも優先されます。

②反応の確認  
肩を軽くたたきながら大声で呼びかけ、反応の確認を行う。

※1 回復体位（側臥位）



様子をみながら  
救急隊を待つ  
回復体位※1

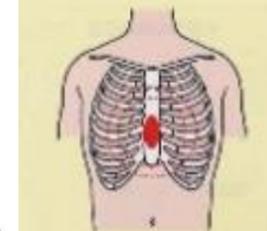
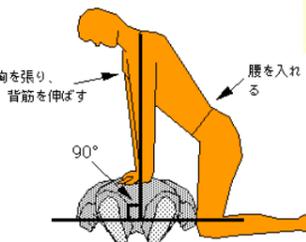
③助けを呼ぶ・119番通報・AED手配  
助けを呼ぶ  
○大声で周囲に助けを求める。  
○周りに誰もいない場合、119番通報を優先する。

119番通報  
○落ち着いて通信指令員の質問に答える。  
○場所・傷病者の状態を伝える。  
○通報者の名前と電話番号を伝える。  
注:携帯電話を使用する場合は、傷病者のすぐそばで通報し、通信指令員の指示・誘導に対応できるようにする。この場合も局番無しの119番で通報する。  
AED手配  
○誰もいない場合、119番通報を行い、AEDが近くにあるのが分かっていたら、自分で取りに行く。

④呼吸の確認  
○胸とお腹の動きを見る。  
○呼吸の観察は10秒以上かけないようにする。  
※2 普段通りでない呼吸…口をパクパクしているだけであたかも呼吸しているような様子、しゃくりあげるような不規則な呼吸（死戦期呼吸）は、心肺停止と判断する。



⑤胸骨圧迫30回  
○位置・・・胸の真ん中（胸骨下半分）  
○強さ・・・胸が約5cm沈むくらい  
○速さ・・・1分間に100～120回  
○解除・・・胸を元の高さに完全に戻す  
○中断時間・・・最小に（10秒以内）

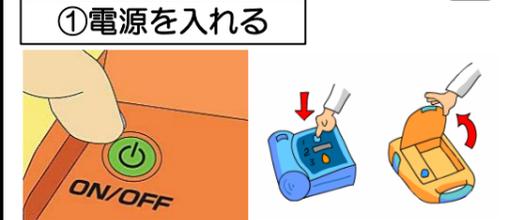


⑥人工呼吸2回  
○気道確保をしっかりとる。（頭部後屈あご先挙上法）  
・片手で傷病者の額を押さえる。  
・もう一方の手の指先で傷病者のあごの先端、骨のある硬い部分に当てて押し上げる。  
・あごの柔らかい部分は押さえない。  
○鼻をつまみ、大きく口を開けて、傷病者の口を覆い、吹き込む。  
○胸が軽く膨らむ程度で、約1秒かけて吹き込む。  
（人工呼吸は、入らなくても2回だけ実施する）  
注:人工呼吸は、救助者が訓練を受けており、それを行う技術と意思がある場合に行うこと。出来ない場合は、胸骨圧迫のみの心肺蘇生法を行う。



注意！  
AEDが到着したら、ただちに装着し使用する。  
AEDがない場合は、心肺蘇生法のみで対応する。  
胸骨圧迫を中断しないように1～2分ごとに交替する。

## AEDの使用方法



電気ショック後、または  
電気ショックの必要のない場合は、  
ただちに胸骨圧迫から心肺蘇生法を開始！

注意事項  
○反応がなく、正常な呼吸がない場合に使用する。  
○胸に貼り薬はないか。（剥がす。貼り薬の上からパッドを貼り付けると電流が流れにくい。熱傷の原因になる）  
○水で濡れていないか。（タオルで拭く。電流が水を伝わり、心臓に流れにくくなる）  
○胸毛は濃くないか。（パッドが密着しなければ刺る）  
○ペースメーカー等の機器が体内に埋め込まれていないか。（膨らみを避けて、心臓を挟む位置にパッドを貼る）  
○小学生未満には未就学児用パッドを使用する。なければ小学生～大人用パッドを使用する。