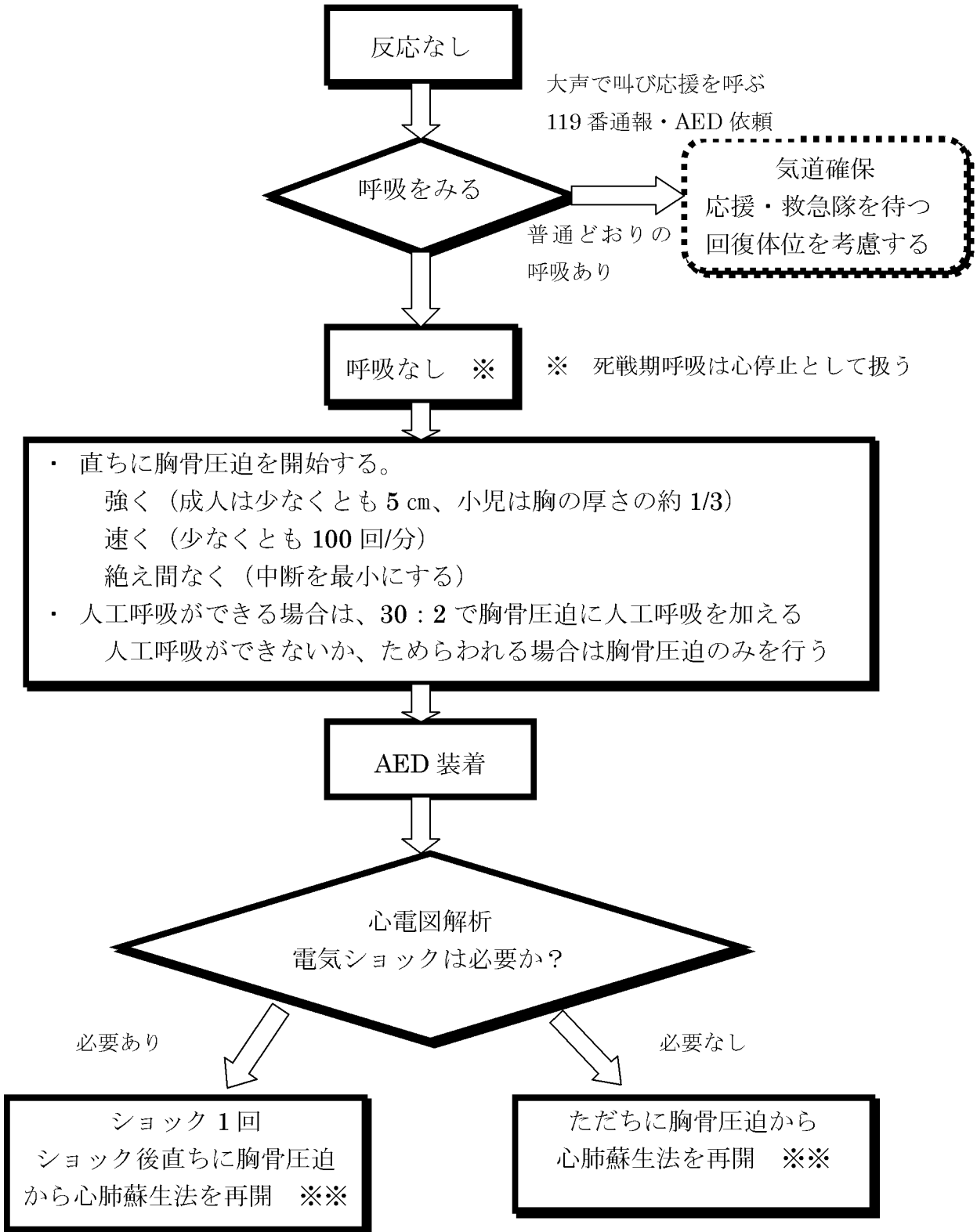


住民が行う応急手当の手順



※※ 強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を！！

救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に呼吸や目的のある仕草が認められるまで心肺蘇生法を続ける。

住民が行う応急手当

大項目	手 技		成人	小児	乳児
			15歳超が目安	1歳から 15歳程度	1歳未満
発見・通報	発見時の対応手順		<ul style="list-style-type: none"> 肩をたたきながら、大声で呼びかけて、応答や目的のある仕草がなければ「反応なし」とみなす。 		
	通報等	救助者二人以上の場合	<ul style="list-style-type: none"> 反応がなければ、大声で叫んでCPRを開始する。 誰かが来たら、119番通報とAEDの手配（近くにある場合）を依頼し、心肺蘇生法を開始する。 		
		救助者一人の場合	<ul style="list-style-type: none"> 自分で119番通報を行ない、AED（近くがあれば）を取りに行く。 		
心肺蘇生法	呼吸の確認 （＝心停止の確認）		<ul style="list-style-type: none"> 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。 		
	回復体位		<ul style="list-style-type: none"> 反応はないが、普段どおりの呼吸の場合は、気道確保をして応援や救急隊の到着を待つが、応援を求めためやむをえず現場を離れるときには、回復体位にする。 		
	心肺蘇生法の開始手順		<ul style="list-style-type: none"> 「普段どおりの呼吸」がない場合は心停止とみなし、胸骨圧迫から開始し、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組合せを開始する。 		
	胸骨圧迫	位置	<ul style="list-style-type: none"> 胸の真ん中（左右の真ん中で、かつ、上下の真ん中）である。 （衣服を脱がせて確認する必要はない。） 		
		方法	<ul style="list-style-type: none"> 腕2本：一方の手のひらの基部をあて、その手の上にもう一方の手を重ねる。 	<ul style="list-style-type: none"> 腕2本：一方の手のひらの基部をあて、その手の上にもう一方の手を重ねる。 体格に応じて片手で行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 手指2本を用いる。

心肺蘇生法	胸骨圧迫	程度 (深さ)	<ul style="list-style-type: none"> 胸が少なくとも5cm沈むまでしっかり圧迫する。 	<ul style="list-style-type: none"> 少なくとも胸の厚さの1/3までしっかり圧迫する。
		早さ (テンポ)	<ul style="list-style-type: none"> 圧迫の速さ(テンポ)は少なくとも100回/分の速さ 	
		回数比	<ul style="list-style-type: none"> 胸骨圧迫と人工呼吸との回数の比を30:2とする。 	
		実施上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> 交代可能な場合には、たとえ実施者が疲れを感じていない場合でも、1~2分間を目安に交代することが望ましいが、交代による中断時間をできるだけ短くする。 	
	気道確保		<ul style="list-style-type: none"> 外傷の有無に関わらず、頭部後屈・あご先挙上法で行う。 	
	人工呼吸		<ul style="list-style-type: none"> 約1秒かけて、胸の上がりが見える程度の量を吹き込む。(できれば感染防護具を使用することが望ましい。) 	
	AED	使用の タイミング	<ul style="list-style-type: none"> 「普通どおりの呼吸」がなければ、心肺蘇生法を開始し、AEDが到着すれば速やかに使用する。 	
		AED プロトコール	<ul style="list-style-type: none"> 電気ショックを1回行った後、観察なしに直ちに胸骨圧迫を行うことを推奨する。 2分後にAEDによる心電図チェックが始まるので胸骨圧迫を中断する。 以降は使用するAEDの音声メッセージに従う。 	
		小児への 除細動の実施	<ul style="list-style-type: none"> 未就学児(およそ6歳まで)に対しては、小児用パッドを用いる。小児用パッドがないなどやむを得ない場合は、成人用パッドで代用する。 	<ul style="list-style-type: none"> 乳児に対しては、小児用パッドを用いる。小児用パッドがないなどやむを得ない場合、成人用パッドで代用する。
		電極パッド 装着の留意点	<ul style="list-style-type: none"> AEDの電極パッドは右上前胸部(鎖骨下)と左下側胸部(左乳頭部外側下方)に貼付する。 電極パッドを貼る場所に医療用の植え込み器具がある場合には、パッドを離して貼る。 電極パッドは経皮的薬剤パッチや湿布薬などの上に直接 	

			<p>貼るべきでない。貼付場所の薬剤パッチ等は取り去り、貼ってあった部位を拭き取ったあと貼り付ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体が濡れている場合には、胸の水分を拭き取って、電極パッドが濡れた部位に接触しないように貼り付ける。 ・小児用パッドを成人に使用してはならない。 	
	心肺蘇生法をいつまで続行するか		<ul style="list-style-type: none"> ・救急隊などに引き継ぐまで、または呼吸や目的のある仕草が認められるまで続ける。 	
気道異物除去	気道異物除去	反応がある場合	<ul style="list-style-type: none"> ・強い咳ができる場合には、傷病者本人の努力に任せる。 ・異物が取れるか反応がなくなるまで、2つの方法を数度ずつ繰り返して続ける。 ・妊娠していると思われる女性や高度な肥満者に腹部突き上げは行わず、背部叩打のみを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・気道異物による窒息と判断した場合は、直ちに119番通報を誰かに依頼した後に、頭部を下げて、背部叩打や胸部突き上げを実施する。 ・腹部突き上げは行わない。 ・異物が取れるか反応がなくなるまで、2つの方法を数度ずつ繰り返して続ける。
		反応がない場合	<ul style="list-style-type: none"> ・反応がなくなった場合は、心停止に対して行う心肺蘇生法の手順を開始する。 ・心肺蘇生を行っている途中で異物が見えた場合は取り除くが、見えていない場合には、やみくもに口の中に指を入れて探らない。また、異物を探すために胸骨圧迫を長く中断しない。 	