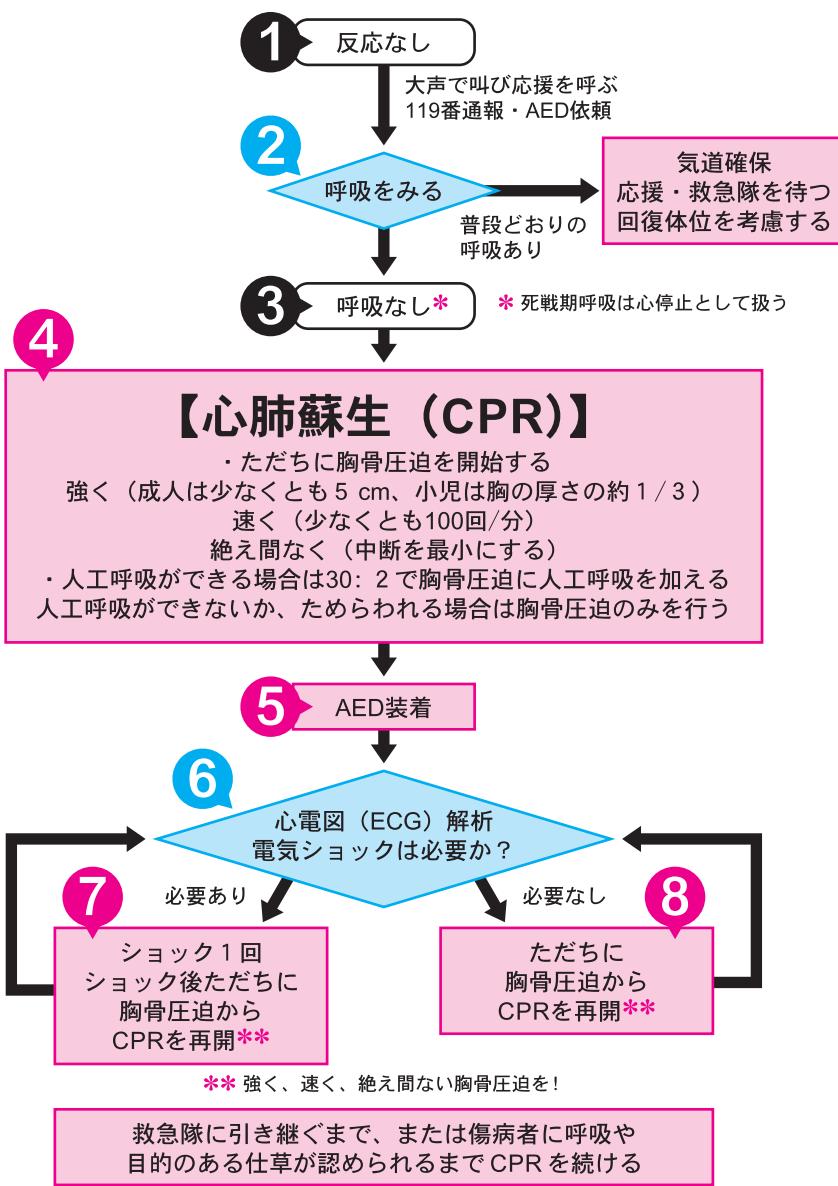


1 心肺蘇生法とAEDの使用

心肺蘇生法とAEDの使用手順



JRC(日本版)ガイドライン2010(確定版)「市民におけるBLSアルゴリズム」より

①反応の確認と救急通報 [ボックス①]

誰かが倒れるのを目撃した、あるいは倒れている傷病者を発見したときの手順として、以下のように対応する。

- ・周囲の安全を確認する。
- ・次に、肩を軽くたたきながら大声で呼びかけても何らかの応答や仕草がなければ「反応なし」とみなす。
- ・反応がなければその場で大声で叫んで周囲の注意を喚起する。
- ・周囲の者に救急通報（119番通報）とAEDの手配（近くにある場合）を依頼する。
- ・119番通報をした救助者は、通信指令員から心肺蘇生（CPR）の助言を受けることができる。



②心停止の判断 [ボックス②③]

- ・傷病者に反応がなく、呼吸がないか異常な呼吸（死戦期呼吸：しゃくりあげるような不規則な呼吸）が認められる場合は心停止と判断する。CPR適応と判断し、ただちにCPRを開始するべきである。
- ・市民救助者が呼吸の有無を確認するときは気道確保を行う必要はない。その代わりに胸と腹部の動き（上下運動）の観察に集中する。
- ・ただし、呼吸の確認に10秒以上かけないようにする。
- ・なお、医療従事者や救急隊員などは呼吸の確認時に気道確保を行う。

呼吸・胸腹の上下運動があるか確認



③胸骨圧迫（心臓マッサージ）【ボックス4】

方法

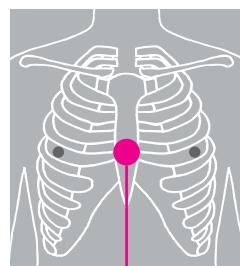
→硬い床などに仰向けにした傷病者の胸の横にひざまずく。

→胸の真ん中（胸骨の下半分）に片方の手のひら基部（手首に近い部分）をあて、もう片方の手を重ねて組み、腕を垂直に伸ばす。

→手のひら基部だけに力が加わるように気をつけながら、傷病者の胸が少なくとも5cm沈み込む程度に圧迫する。

→1分間に少なくとも100回のテンポで圧迫する。圧迫を中断せざるを得ない場合も、1分間あたりの圧迫回数が最大となるようにする。圧迫と圧迫の間は、胸がもとの高さに戻るように十分圧迫を解除する。

※胸骨圧迫（心臓マッサージ）は、救助者が複数いる場合には1～2分ごとに交代して行う（疲労による胸骨圧迫の質の低下を最小とするため）。



胸骨圧迫の年齢による相違点

子どもに対する胸骨圧迫の手順は、基本的に成人と同じですが、体格の違いから胸の圧迫位置や圧迫の深さが多少変わります。



圧迫の位置

成人
(8歳以上)

小児
(1～8歳未満)

乳児
(1歳未満)

胸の真ん中
(胸骨の下半分)

圧迫の方法

両手で

両手で
(体格に合わせて片手でもよい)

2本指で

圧迫の深さ

少なくとも5cm

胸の厚みの約1／3

④AED（自動体外式除細動器）【ボックス⑤～⑧】

AEDとは

「心臓突然死」の多くの原因とされる心室細動（心臓のけいれん）を、電気ショックによって取り除く装置。医師などによる速やかな対応を得ることが困難な救命現場において、一般の人のAED使用が認められています。

方法

- AEDを傷病者の頭の近くに置き、電源ボタンを押す。フタを開けると自動的に電源が入る機種もある。
- 傷病者の衣服を開き、電極パッドを袋から取り出して、1枚を胸の右上、もう1枚を胸の左下側の肌に直接貼り付ける（電極パッドの絵の位置を参考に）。
- 電極パッドのケーブルをAED本体につなぐ（初めから接続してある機種は、この手順不要）。
- 「傷病者から離れてください」との音声ガイドが流れ、自動的に心電図解析が始まる（解析ボタンを押すことが必要な機種もある）。
- 次に「電気ショックが必要です」などの音声ガイドが流れたら、誰も傷病者に触れないよう念を押し、自動充電完了後に出る指示に従ってショックボタンを押す。
- 電気ショックの後またはショック不要の指示が出た後は、脈の確認やリズムの解析を行うことなく、すぐに胸骨圧迫を再開する。

※未就学（およそ6歳まで）には小児用のパッド（成人用と比較して小さく、子供の絵が書いてあります）を使用して下さい。

◆いざという時、使用できるよう普段から設置場所を確認しておきましょう。

