

【最初に】

新型コロナウイルス感染症の流行を 踏まえた市民による心肺蘇生法について

基本的な考え方

- 1 すべての心停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応してください。
 - 2 成人の心停止に対しては、人工呼吸を行わずに胸骨圧迫とAEDによる電気ショックを実施してください。
 - 3 子供の心停止に対しては、人工呼吸を行う意思がある場合には、人工呼吸を実施していただいてもかまいません。
- ※ 子供の心停止は、窒息や溺水など呼吸障害を原因とすることが多く、人工呼吸の必要性が比較的高いです。

突然人が倒れた！！

あなたならどうしますか？！

【 **CPR**と**AED**の取扱い 】

心肺蘇生法 (CPR) と AED の手順 (成人: 16歳以上)

■ 反応を確認



「分かりますか？」
段々強く3回叩いて反応を
確認



倒れている人や、具合の悪い人を見つけたら？

- まず、傷病者に近づく前に、周囲の状況を確認し、安全を確かめてください。危険があれば人を集め安全な場所へ移動しましょう。
- 近づきながら、大出血が無いか確認します。大出血があればきれいなタオルなどで圧迫止血をしてください。

確認の仕方は？

- まずは肩を軽く叩きながら呼びかけ、応答や目的のあるしぐさを確認します。

！！に注意！！



傷病者の顔と救助者の顔が近づきすぎないようにしてください。

■ 助けを呼ぶ

意識がありません！
あなたは**119番**に連絡し
救急車を呼んでください！



あなたは
AEDを持って
きてください！

- 反応がなければ、大きな声で助けを求めます。
- 周囲から誰かが来たら
「人が倒れています。**意識**がありません。」
「あなたは**119番**に電話して
救急車を呼んで下さい。」
「あなたは**AED**を持って来て下さい」と依頼します。
- 誰もいなければ自分で119番通報をし、
AEDが近くにあることを知っていれば、
自分で取りに行ってください。

■ 呼吸の確認

呼吸の確認
(そのままの姿勢で傷病者の胸・腹の動きを見る)



普段どおりの呼吸をしているか確認します。10秒以内で胸やお腹の上がり下がりを見て判断します。

※約10秒間確認しても呼吸の状態がよくわからない場合は「呼吸なし」と判断します。

ここに注意!



顔が近すぎです!

胸骨圧迫を開始する前に

ウイルスを含む呼気の飛散を防ぐため、
マスクやハンカチなどを傷病者の
鼻と口に被せてください。

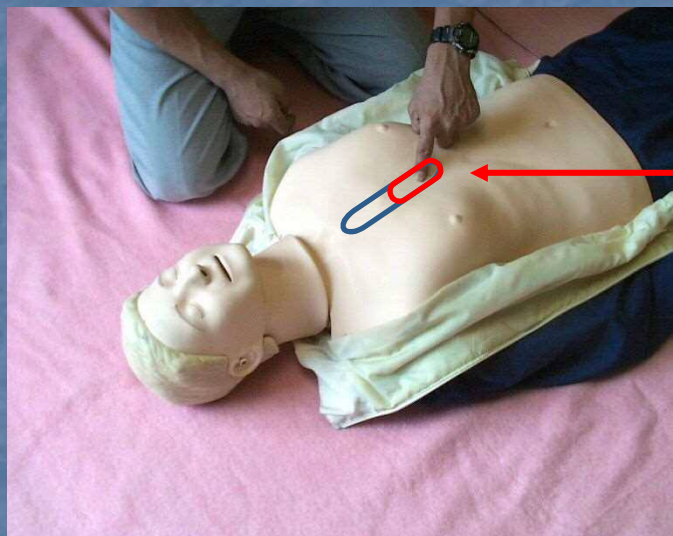
タオルや衣類
でも代用できます。

ここに注意!

密閉された室内での処置は避け、窓を開けたり、
換気扇を使用するなど換気を心掛けてください。



■ 胸骨圧迫(心臓マッサージ)



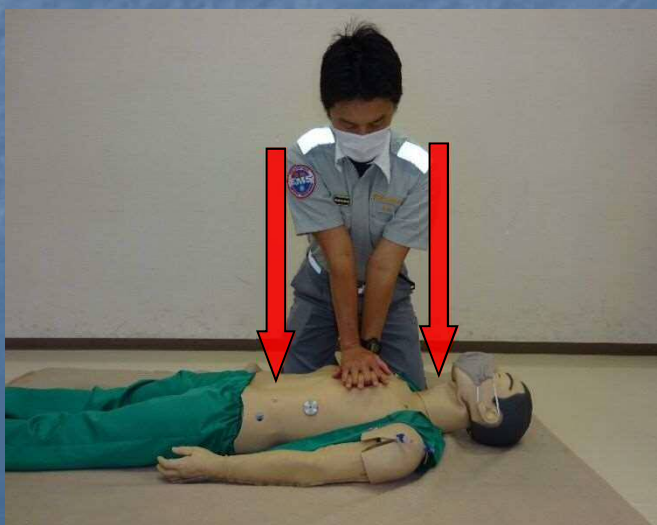
普段どおりの呼吸が無いと判断したら、ただちに胸骨圧迫を開始します。

・胸の真ん中 (胸骨の下半分)

・強く (胸が約5cm沈むほど強く圧迫)

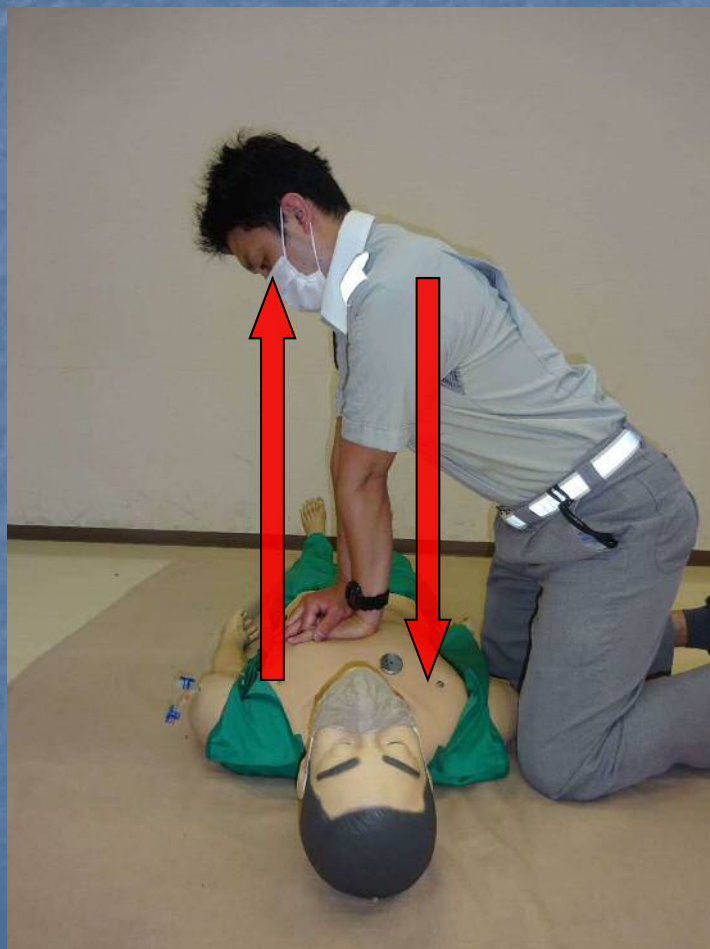
・速く (毎分約100~120回のテンポで)

・絶え間なく (危険の回避やAEDの準備をするなど、やむを得ない場合以外中断時間をなるべく短くする)



手の付け根で圧迫

■ 胸骨圧迫解除(心臓マッサージ)



- 圧迫の解除
押すことも大事ですが同じぐらい
戻すことも大事です。
戻さないと心臓内に血液が戻れませ
ん。
- 胸をしっかり戻さないと
押すこともできません。
- この胸骨圧迫がCPRで最も
大切な手技になります。

通常であれば、30回の胸骨圧迫に続き
2回の人工呼吸を繰り返しますが.....

ことに注意!

成人に対しては、
人工呼吸は実施せずに
胸骨圧迫のみを
実施してください。



30回で中断することなく、AED使用時や
他の救助者と交代するとき以外は継続してください。

■ AEDの操作

成人と小学生以上の小児

- AEDが到着したら、みんなで手分けして

1. まず**電源**を入れます。

2. AEDの**電極パッド**の絵をよく確認し、傷病者の皮膚に絵のとおり隙間なく密着させ貼ります。

3. AEDのメッセージに従い必要なら**ショックボタン**を押してください。電気ショックが不要な場合もあります。その場合は、胸骨圧迫を継続してください。

※ショックボタンを押した後は、直ちに胸骨圧迫を開始してください。



心肺蘇生法 (CPR) と AED の手順 (小児・乳児)

■ 小児・乳児への胸骨圧迫と人工呼吸



胸骨圧迫の仕方

【1歳から15歳まで】の小児に対しては、体格に合わせて両手または片手で胸の真ん中を圧迫します。



【1歳未満】は指二本(中指・薬指)で、乳頭と乳頭を結んだ線のやや足側を目安とした胸の真ん中を圧迫します。



小児・乳児ともに

毎分約100～120回のテンポで、胸の厚さの約1/3が沈む程度、強く圧迫します。

小児・乳児に対しては胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせが基本となります。

ここに注意!



小児・乳児に対しては、講習を受け、人工呼吸の技術を身に付けていて、人工呼吸を行う意思がある場合には、通常通り実施してもかまいません。

※感染の危険を考慮して人工呼吸にためらいがある場合は、胸骨圧迫のみを実施してください。

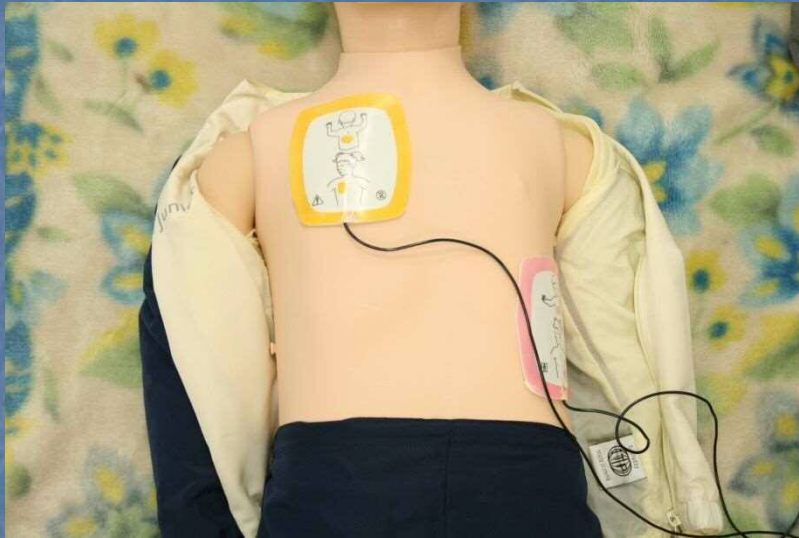


※乳児に対しては、口と鼻を同時におおって密着させ、ゆっくりと約1秒かけて胸の上がりが見える程度の量を吹き込む。

(対鼻人工呼吸)

■ AEDの操作

未就学児と乳児



- 未就学児や乳児にもAEDは使用できる。
- 未就学児や乳児には小児用電極パッドを使用するか、またはAEDを小児用モードに切り替え、使用する機種もあります。

胸側



背中側



※ もし、小児用電極パッドや小児用モードが備わっていない場合は、成人用電極パッドを使用してください。

心肺蘇生法 (CPR) と AED の手順

■ AED の説明



AEDとは？

- ・Automated External Defibrillator
の頭文字を取ってAEDと言います。
- ・（日本語）：自動体外式除細動器

どうして必要か？

- ① 心臓が痙攣している状態の時に必要です。（心室細動）
- ② 心室細動の治療法は電気ショックが第一選択です。
- ③ 心室細動は数分間で消失してしまい、長くは続かず、放置すると救命率が下がります。1分間遅れるごとに7～10%生存退院率が下がるとされています。



■ AEDの設置場所



どんなところに設置してあるの？

市役所、中央図書館、総合福祉会館、文化会館、ビナスポ、ビナレッジ、市内小中学校や体育館

(市公共施設)

駅、デパート、病院、民間事業所、スポーツ施設やイベント会場など

(公衆の出入り場所)

※各施設の見やすい場所に設置されています。設置場所には入口に各メーカーのAEDステッカーが貼ってあるところもあります。

AEDマップを見てね。



■ AED使用上の注意点

1) 傷病者の胸が濡れている場合

電気が体表の水をつたわって流れてしまうため、AEDの効果が不十分になります。乾いたタオルや布で拭いてから、電極パッドを貼り付けて下さい。

2) 胸毛が多い場合

AEDの効果が半減したりやけどの原因にもなります。電極パッドが浮いてしまうような場合は一度剥がしてください。付属の安全カミソリ等を使用し除毛します。その後、予備の電極パッドを貼り直してください。

3) 貼り薬がある場合

貼り薬や、湿布薬が胸に貼ってある場合にはこれを剥がし、薬剤を拭き取ってください。

4) 医療器具が埋め込まれている場合

皮膚の下に心臓ペースメーカーや除細動器が植え込まれている場合は、胸に硬いこぶのような出っ張りが見えます。貼り付け位置にこの出っ張りがある場合、電極パッドを2~3cm離して貼り付けて下さい。



心肺蘇生法を実施した後は...



使用後は直接触れてはいけません！

救急隊に引き継いだ後は、速やかに石鹸と流水で手を十分に洗い消毒し、清潔な手で洗顔も行うようにしてください。

傷病者に被せたマスクやハンカチがあれば、直接触れないようにして廃棄をするのが望ましいです。救急隊に処分を依頼しても構いません。