

# 心肺蘇生とAEDの使用手順

## ☆ 心肺蘇生手順

### ①安全を確認する。

傷病者に近寄る前には、状況に合わせて、自らの安全を確保してから近づきましょう。

※ 車が通る道路上などは、救助者が車に轢かれる危険があります。



### ②反応（意識）を確認する。

傷病者の耳元で「もしもし、大丈夫ですか」と大声で呼びかけながら、肩をやさしくたたき、反応があるかないかをみます。

※ 呼びかけに対して、次のような反応が無い場合、「反応なし」と判断します。

「目を開ける」  
「返答する」  
「目的のあるしぐさをする」

けいれんも「反応なし」と判断します。



### ③119番通報と協力者への依頼。

大声で助けを求め、協力者が駆け付けたら、「あなたは119番通報してください」「あなたはAEDを持ってきてください」と具体的に依頼します。

※ 誰も協力者がいない場合は、自分で119番通報し、近くにAEDがある場合は取りに行きます。



### ④呼吸の確認

傷病者が「普段どおりの呼吸」をしているか、10秒以内で確認します。

※ 次の場合、「普段どおりの呼吸なし」と判断します。

「胸や腹部に動きがない」  
「確認しても呼吸の状態がよくわからない」  
「しゃくりあげるような、途切れ途切れの呼吸」



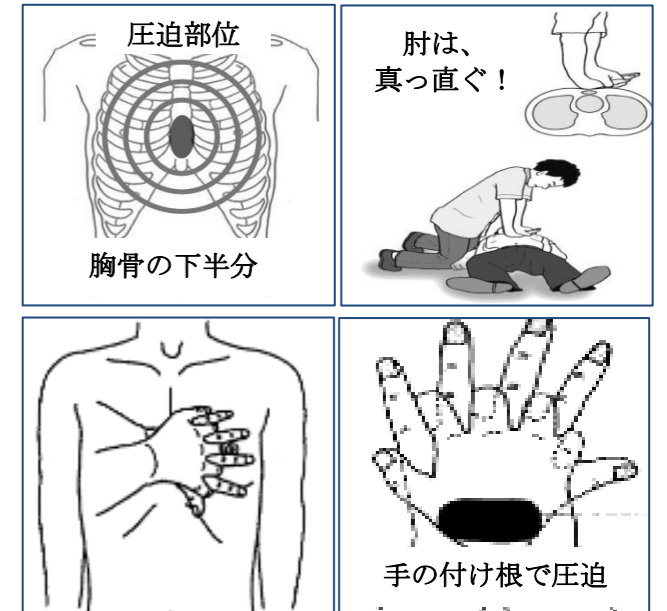
### ⑤胸骨圧迫（30回）

呼吸の確認で、「普段どおりの呼吸なし」と判断した場合には、直ちに胸骨圧迫を開始します。

- (1) 胸の真ん中にある胸骨の下半分に片手の付け根を置き、もう一方の手を重ねます。
- (2) 両肘を真っ直ぐ伸ばし、手の付け根の部分に体重をかけます。
- (3) 真上から垂直に強く、速く、絶え間なく、30回連続して圧迫します。

強く … 約5cm沈み込む程度  
速く … 1分間に100～120回の速さ  
絶え間なく… 中断時間を短く

※ 圧迫を緩めるときは、十分に力を抜き、胸を元の高さに戻します。



### ⑥人工呼吸

胸骨圧迫後、気道確保をして人工呼吸を2回吹き込みます。

気道確保（頭部後屈あご先拳上法）

- (1) 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（骨のある硬い部分）に当てて、頭を後ろにのけぞらせ（頭部後屈）あご先を上げます。（あご先拳上）

人工呼吸（2回）

- (1) 気道確保をしたまま、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。
- (2) 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傷病者の胸が上がる程度、息を約1秒吹き込みます。これを2回行います。

※ 2回の吹き込みで、いずれも胸が上がるのが理想ですが、胸が上がらなくても吹き込みは2回までとし、胸骨圧迫の中断時間は10秒以上かけないでください。



### 心肺蘇生（胸骨圧迫 30回：人工呼吸 2回）

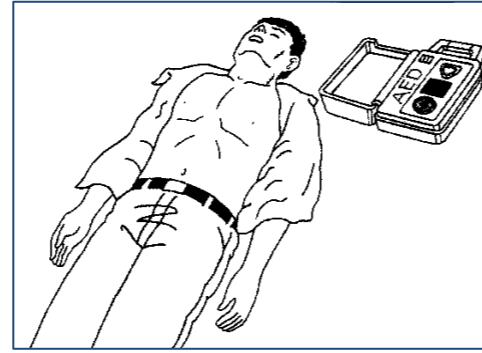
- ・ 救助者が2名以上いる場合は、疲労により胸骨圧迫の質が低下しないよう1～2分程度を目安に交代するのが望ましいです。
- ・ 人工呼吸ができない場合は、胸骨圧迫のみを行います。
- ・ 心肺蘇生を中止できるのは、①救急隊に引き継いだ場合、②傷病者が目を開けたり普段どおりの呼吸をし始めた場合です。
- ・ 救急隊が到着したら、傷病者が倒れていた状況、実施した応急手当、AEDによるショックの回数などをできるだけ詳しく伝えてください。



## ☆ AEDの使用手順

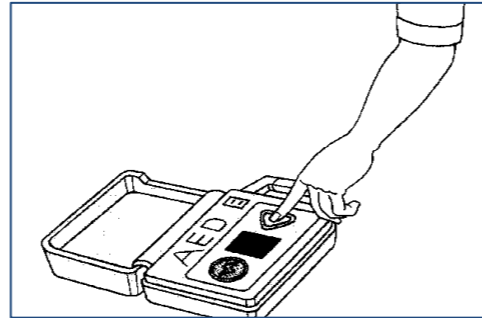
心肺蘇生法を行っている際に、AEDが届いたらすぐにAEDを使用する準備をします。  
AEDを使用する準備をしながらも心肺蘇生をできるだけ続けます。

### ①AEDを傷病者の近くに置く。



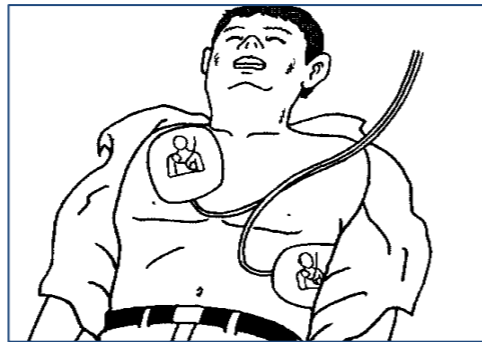
### ②AEDの電源を入れる。

- (1) AEDの本体のふたを開け、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。)
- (2) 電源を入れたら、音声メッセージと点滅するボタンの指示に従ってください。



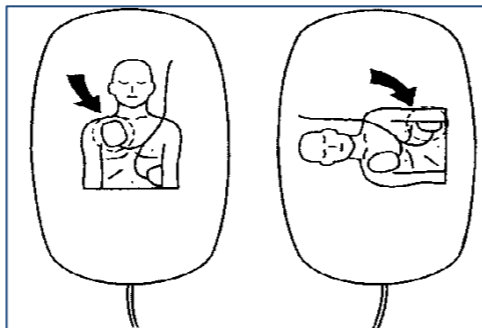
### ③電極パッドを貼る。

- (1) 傷病者の衣服を取り除き、胸をはだけます。
- (2) 電極パッドを袋から取り出してシールをはがし、右の図の位置にしっかり密着させて貼ります。  
※ 電極パッドは、胸の右上（鎖骨の下）及び胸の左下側（脇の下5～8cm下）の位置に貼ります。
- (3) 電極パッドのケーブルを、AED本体に接続する機種もあります。



#### 注意点

- ・ 傷病者が濡れている場合は、タオルなどで拭き取ります。
- ・ 貼り薬などは、はがして肌に残った薬剤を、拭き取ります。
- ・ ペースメーカーなど、出っ張りがある時は、避けて貼ります。



### ④心電図の解析

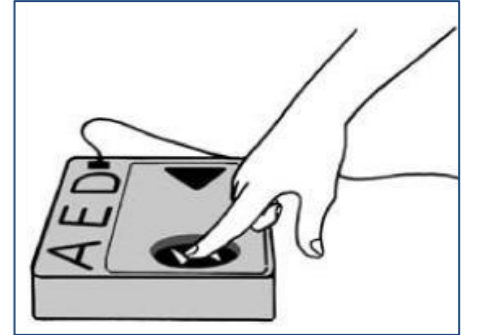
電極パッドを貼ると、「体に触らないでください」と音声メッセージが流れ、自動的に心電図の解析が始まるので、「みなさん、離れて」と注意を促し、誰も触れていないことを確認します。

※ 「ショックは不要です」といった音声メッセージが流れた場合、直ちに胸骨圧迫を再開します。



### ⑤電気ショック

- (1) AEDが、電気ショックが必要と解析した場合は、「ショックが必要です」との音声メッセージとともに、自動で充電を開始します。
- (2) 充電が完了すると、「ショックボタンを押してください」との音声メッセージが流れます。
- (3) 操作者は「ショックを行います。みなさん離れてください」と注意を促し、傷病者に誰も触れていないのを確認して、ショックボタンを押します。



### ⑥心肺蘇生の再開

電気ショックが完了した場合やAEDが電気ショックの必要がないと判断した場合は『直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たら、直ちに胸骨圧迫を再開します。

※ 2分おきにAEDが自動的に心電図を解析しますので、④心電図の解析と同様、音声メッセージに従って行動して下さい。



### ⑦回復体位（反応はないが、「普段通りの呼吸」がある場合）

- (1) 傷病者を横に寝かせる。
- (2) 下あごを前に出して気道を確保する。
- (3) 右の手の甲に傷病者の顔を乗せる。
- (4) 右の膝を約90度曲げ、仰向けにならないようにする。

