もしも
あなたの目の前で
人が倒れたら・・・

心肺蘇生法の手順（小児）

中城北中城消防本部

あなたの目の前で人が倒れた。
もしくは、倒れている人を発見した。

手順①

まず、周囲の状況が安全かどうかを確認します。

手順②

声をかけたりして反応があるかを確認します。

何らかの「反応」や「動き」がない場合は次の手順へ

手順③

大声で叫んで助けを求めます。

手順④

１１９番通報とＡＥＤの手配をします。

POINT

具体的に依頼するのが良いでしょう。
もしも、誰も来ない場合は
まず、あなた自身が１１９番通報を行いましょう。

手順⑤

呼吸を確認します。

胸やお腹の動きがない！呼吸の状態がよくわからない場合は次の手順へ

手順⑥

ただちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を３０回行います。

POINT

強く！ ☞ 胸の厚さの３分の１が沈む程度

速く！ ☞ １分間あたり、１００～１２０回のテンポで

絶え間なく！ ☞ なるべく止めない

手順⑦

人工呼吸ができる場合は人工呼吸を２回行います。

POINT

人工呼吸のやり方に自信がない場合、口に接触することにためらいがある場合、感染症などが蔓延している場合は、胸骨圧迫(心臓マッサージ)だけを続けてください。

胸骨圧迫３０回と人工呼吸２回を繰り返し行います。

人工呼吸がためらわれる場合は、胸骨圧迫だけを続けます。

胸骨圧迫

３０回

人工呼吸

２回

手順⑧

ＡＥＤが到着したらすぐに使う準備をします。

手順⑨

ＡＥＤの電源を入れます。

POINT

電源を入れたら、流れてくる音声メッセージとランプに従って操作します(機種によっては自動で電源が入ります)。

手順⑩

電極パッドを胸に張ります。

POINT

電極パッドや袋に描かれているイラストに従って、
２枚の電極パッドを肌にしっかり貼り付けます。
※未就学児には小児用パッドを使用してください。

手順⑪

必要があれば音声に従いショックボタンを押します。

POINT

※「ショックが必要です」、「ショックは必要ありません」の２パターンの音声メッセージがありますのでよく聴いてください。

※ ショックボタンを押すときは、誰も触れていないことを確認してください。

手順⑫

救急隊に引き継ぐまで、または、しっかりした呼吸や何らかの動きが認められるまで続けます。

手順のおさらい

目の前で人が倒れた、倒れた人を発見した。

↓

手順 ①　まず、周囲の状況が安全かどうかを確認する。

手順 ②　声をかけて反応があるかを確認する。

手順 ③　大声で叫んで助けを求める。

手順 ④　１１９番通報とＡＥＤを手配する。

手順 ⑤　呼吸を確認する（胸やお腹の動きを見る）。

手順 ⑥　直ちに胸骨圧迫（心臓マッサージ）を行う。

手順 ⑦　人工呼吸ができる場合は、人工呼吸を行う。

手順 ⑧　ＡＥＤが到着したらすぐに使う準備をする。

手順 ⑨　ＡＥＤの電源を入れる。

手順 ⑩　電極パッドを胸に張る。

手順 ⑪　必要があれば音声に従ってショックボタンを押す。

手順 ⑫　何らかの動きが認められるまで、胸骨圧迫（心臓マッサージ）を続ける。

最後に・・・

　この手順は大まかなものですので、実際に体で覚えるためにも救命講習を受講しましょう。

　中北消防では毎月第２日曜日（９時から１２時）に救命講習会を開催しています。

　詳しくはお電話にてご確認ください。

　電話：０９８－９３５－４７４７
　中城北中城消防本部