

救命入門

コース



彦根市消防署

おうきゅうてあて ひつよう 応 急 手 当 は な ぜ 必 要 ？

め まえ ひと とつぜんたお
・目の前の人が突然倒れたら・・・

けがや病^{びょう}気になっちゃったとき、すぐにできる手^て当^{あて}のことを応急手^{おうきゅうてあて}当^{あて}といいます。

こきゅう しんぞう とつぜん と ひと たい
呼吸や心臓が突然止しまった人に対して、そばにいた人がすぐに応急手^{おうきゅうてあて}当^{あて}を行えば、命^{いのち}を救^{すく}
ことにつながります。救急車^{きゅうきゅうしや}が到着するまでどうしても時間^{じかん}がかかってしまいます。命^{いのち}を救^{すく}うために
は、応急手^{おうきゅうてあて}当^{あて}がとても大切^{たいせつ}です。

いざという時^{とき}のために、大切^{たいせつ}な命^{いのち}を救^{すく}うため、応急手^{おうきゅうてあて}当^{あて}を学^{まな}びましょう。

きゅうめい れんさ
・救命^{きゅうめい}の連鎖^{れんさ}とは

すく いのち すく
救えるはずの命^{いのち}を救^{すく}うためには、

- ① しんていし よぼう
心停止^{しんていし}の予防^{よぼう}
- ② はや はっけん つうほう
早い発見^{はや はっけん}と通報^{つうほう}
- ③ はや しんばい そ せい エーイーディー し ょう
早い心肺蘇生^{はや しんばい そ せい}とA E D^{エーイーディー}の使用^{し ょう}
- ④ きゅうきゅうたいいん い し てあて
救急隊員^{きゅうきゅうたいいん}や医師^{い し}による手^て当^{あて}

の4^{たいせつ}つが大切^{たいせつ}です。この4^{れんけい}つの連携^{れんけい}を「救命^{きゅうめい}の連鎖^{れんさ}」と呼びます。どれか一つが欠けても、命^{いのち}を救^{すく}え
る機会^{きかい}が少なくなってしまう。この4^{しんていし よぼう}つのうち「心停止^{しんていし}の予防^{よぼう}」、「早い発見^{はや はっけん}と通報^{つうほう}」、「早い心肺^{はや しんばい}
蘇生^{そせい}とA E D^{エーイーディー}の使用^{し ょう}」はそばにいた人^{ひと}の手^てにかかっています。



引用：へるす出版 救急蘇生法の指針 2010（市民用解説編）

しんていし よぼう
心停止^{しんていし}の予防^{よぼう}

はや はっけん つうほう
早い発見^{はや はっけん}と通報^{つうほう}

はや しんばい そ せい
早い心肺蘇生^{はや しんばい そ せい}と
エーイーディー し ょう
A E D^{エーイーディー}の使用^{し ょう}

きゅうきゅうたいいん い し
救急隊員^{きゅうきゅうたいいん}や医師^{い し}
による手^て当^{あて}

きゅうめい ひつよう おうきゅうて あて まな
～救命に必要な応急手当を学びましょう！～

1 たお ひと しょうびょうしゃ はんのう かくにん
1 倒れている人(傷病者)の反応を確認しよう！

ひと たお
人が倒れていたら、その場所が安全か確
にん ちか
認してから近づきます。



ちか かつ かる たた な まえ よ
近づいたら肩を軽く叩きながら名前を呼んだり、
だいじょうぶ
「大丈夫ですか?」、「わかりますか?」と呼びかけ
ます。

2 ばんつうほう きょうりよく よ
2 119番通報と協力を呼びかけよう！

よ
呼びかけても目を開けなかったり返事がないと
ぐ あい わる はんのう かんが おお
きは『具合が悪い(反応がない)』と 考 えて大きな
こえ たす よ きょうりよく ひと
声で助けを呼びましょう。協力してくれる人がきた
きゅうきゅうしゃ よ エーイーディー も
ら救急車を呼んでもらいA E Dを持ってきても
らいましょう。



3 息の仕方がおかしかったら ～ 胸骨圧迫から心肺蘇生を始めよう！

倒れている人(傷病者)の胸とおなかを見て、動きが見られない場合や、胸やおなかの動きがいつもと違う場合は、すぐに胸骨圧迫から心肺蘇生を始めましょう。



心肺蘇生とは、『胸骨圧迫』と『人工呼吸』を順番に行うことです。

胸骨圧迫は、胸骨の下半分の位置(目安は胸の真ん中です)をお押ししましょう。

この位置に手のひらの付け根をお置き、その上にもう片方の手を重ね真下に押します。



成人では、胸が5cm以上さがるように、1分間に100回以上押せるテンポで行います。

できる限り途中でやめず、ずっと続けて行うことが重要です。

じんこう こきゅう は、まず 空気の通り道を作しましょう(気道確保)。

気道確保は、人差し指と中指をあごの先に当てて、もう片方の手を額に当てます。あごの先を持ち上げるようにしながら額を静かに後ろに押し下げて、頭を後ろに反らせます。



額を押さえている手の親指と人差し指で鼻をつまみます。大きく口を開けて倒れている人の口を覆い、胸が軽く上がる程度に1秒かけて息を吹き込みます。

吹き込み終わったら口を離して、息が自然に出るのを待ち、もう一度、息を吹き込みます。

人工呼吸ができない場合は、人工呼吸はしなくてもいいので胸骨圧迫を続けましょう。



4 胸骨圧迫と人工呼吸を繰り返そう！



胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせを繰り返し行います。

胸骨圧迫はとても体力を使います。ほかに手伝ってくれる人がいる場合は、1～2分で交代してください。

心肺蘇生は救急隊員に代わってもらえるまで続けましょう！

倒れてる人(傷病者)が目を開けたり、普段どおりの呼吸を始めたなら中止しましょう！

5 エーイーディー とうちゃく エーイーディー しょう A E Dが到着したら ～ A E Dを使用しましょう！

たお ひと しょうびょうしゃ いき しかた エーイーディー とうちゃく エーイーディー
倒れている人(傷病者)が息の仕方がおかしいままで、A E Dが到着したら、すぐにA E Dを
つか エーイーディー も ひと エーイーディー つか
使います。A E Dを持ってきてくれた人がA E Dを使えるなら使ってもらいましょう。

エーイーディー でんげん い たお ひと しょうびょうしゃ ふく
まず、A E Dの電源を入れ倒れている人(傷病者)の服
ひら エーイーディー あ じどうてき でんげん
を開きます。A E Dには、ふたを開けたら自動的に電源が
はい きしゅ
入る機種もあります。



でんきよく でんきよく か え
電極パッドを、電極パッドに描かれている絵のとおり
ちよくせつはだ は つ でんきよく はだ あいだ
直接肌に貼り付けましょう。このとき、電極パッドと肌の間に
ま
すき間ができないようにしっかりと貼り付けます。

とき しんばいそせい つづ
この時も、できるだけ心肺蘇生を続けるようにしましょう。

エーイーディー じどうてき でんき ひつよう しら かいせき
A E Dは自動的に電気ショックが必要か調べます(解析)。
たお ひと しょうびょうしゃ だれ さわ かくにん
倒れている人(傷病者)に誰も触っていないことを確認します。

かいせき けっか でんき ひつよう ばあい お
解析の結果、電気ショックが必要な場合はショックボタンを押
すように案内が流れ、ショックボタンが点滅します。



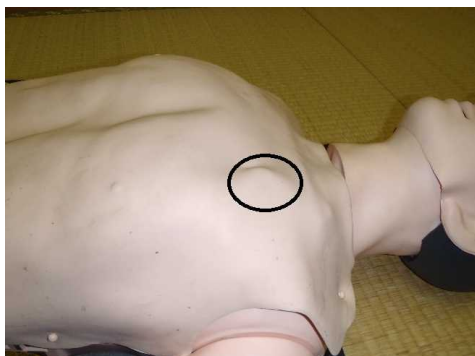
たお ひと しょうびょうしゃ だれ さわ かくにん
倒れている人(傷病者)に誰も触っていないことを確認し
てから、ショックボタンを押します。

でんき じっし あと しんばいそせい おこな
電気ショックを実施した後、すぐに心肺蘇生を行います。
ふん ふたたび じ どうてき かいせき はじ エーイーディー
2分たつと再び自動的に解析を始めるのでA E D
の言うとおりにしてください。

エーイーディー ^{つか} A E Dを使うときの注意点 ^{ちゅういてん}

- ^{かいせき} 解析と^{でんき} 電気ショックを行うときは、^{おこな} 心肺蘇生を中止し、^{しんばいそせい} 倒れている人(傷病者)に一切触ってはいけません。
- ^{エーイーディー} A E Dは年齢に関係なく使用できますが、^{ねんれい} おおよそ^{かんけい} 小学校^{しょうがっこう} に行くまでの子どもには^こ 小児用^{しょうによう} パッドを使用します。

- ^{からだ} 身体がぬれている場合は、^{ばあい} 胸部^{きょうぶぜんたい} 全体の水分を^{すいぶん} 乾いた^{かわぬの} 布などで^と ふき取ります。



- ^{からだ} 身体のなかに^{きかい} 機械が^う 埋め込まれている^こ 場合(左右の胸の上の方が^{ばあい} 膨らんでいる^{さゆう} 場合)は、そこを^{むね} 避けて^{うへ} 電極^{ほう} パッドをはり^{ふく} ます。

- ^{しつぷ} 湿布などがあつた場合は、^{ばあい} 湿布をはがし、^{しつぷ} 薬剤を^{やくざい} ふき取^と ってから^{でんきよく} 電極パッドをはります。

参考: 小児(1歳以上中学生くらいまで)や乳児(1歳未満)の心肺蘇生

たいしょう 対象	あつぱくい ち 圧迫位置	あつぱくほう 圧迫法	あつぱく つよ 圧迫の強さ	テンポ	きょうこつあつぱく じんこうこきゅう 胸骨圧迫:人工呼吸
せいじん 成人	むね ま なか 胸の真ん中	りょうて 両手	すく 少なくとも 5cm	すく 少なくとも 100回/分 かい ふん	30:2
しょうに 小児		りょうて また 両手、又 かたて は片手	むね あつ やく 胸の厚さの約1/3 また たいかく 又は体格によりお およそ 5cm		
にゅうじ 乳児	りょうにゅうとう むす せん 両乳頭を結ぶ線の すこ あしがわ め やす 少し足側を目安とす むね ま なか る胸の真ん中	し 2指	むね あつ やく 胸の厚さの約1/3		

たいせつ いのち まも
大切な命を守るために



ひこねし おうきゅうてあて かくにん
彦根市のホームページでも応急手当を確認できます

<https://www.city.hikone.lg.jp/>

ひこねし おうきゅうてあて
彦根市ホームページ(応急手当)



と あ さき
問い合わせ先

ひこねししょうぼうしよ
彦根市消防署

ほんしよ
本署

22-6119

みなみぶんしよ
南分署

43-5670

きたぶんしよ
北分署

23-0119

いぬかみぶんしよ
犬上分署

38-3130