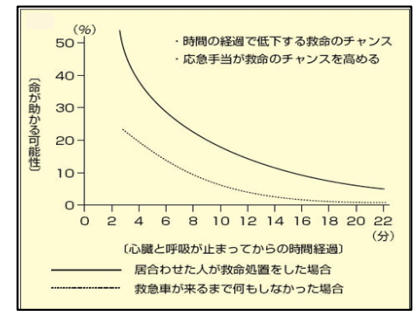


あなたの応急手当が生命を救う

1 あなたの役割

命が助かる可能性は時間の経過とともに低くなります。
もし目の前で倒れた人に遭遇したら、命を救うために「何か役立つ事」を迅速に始めることが大切です。
手順や手技の正確さにこだわるよりも、覚えていることを少しでも実施してあげてください。



2 救命の連鎖

傷病者の命を救い、社会復帰に導くために必要となる一連の行いを「救命の連鎖」といいます。「救命の連鎖」の①②③は、その場に居合わせた人が実施することが期待されます。



① 「心停止の予防」

命に危険を及ぼす状態（心筋梗塞や脳卒中など）の初期症状に気づき、少しでも早く救急車を呼ぶことが大切です。

また、子供の死亡原因は「不慮の事故」がその多くを占めています。こちらも、予防することで尊い命を守ることができます。

② 「心停止の早期認識と通報」

突然倒れた人や、反応のない人を見たら、ただちに心停止を疑うことが大切です。大声で応援を呼び、119番通報とAEDの手配を依頼し、AEDや救急隊が傷病者のもとに少しでも早く到着するように行動します。

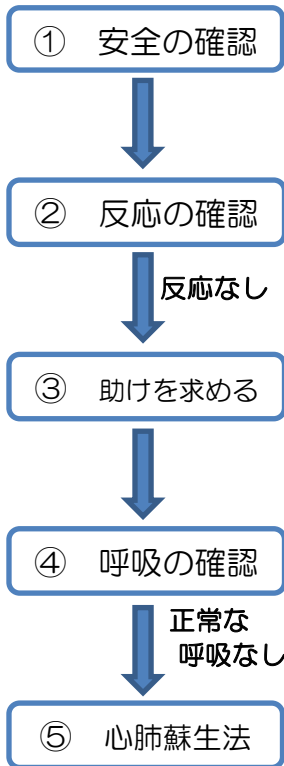
③ 「一次救命処置」

心肺蘇生法とAEDを使用して、止まってしまった心臓と呼吸の働きを助ける方法です。少しでも早く始めることが、傷病者の予後に良い結果をもたらす可能性が高くなります。

④ 「二次救命処置と心拍再開後の集中治療」

救急救命士や医師が、薬や器具などを使用して心臓の動きを取り戻すことを目指します。そして、心臓の動きをとり戻すことができたなら、専門家による集中治療により社会復帰を目指します。

3 心肺蘇生法



①自分の安全を確保して、傷病者に近づきます。
傷病者に危険が迫っている場合は、移動を考えます。
*必要があるなら助けを求め人を集めます。



②発語や「目的のある動き」があるか確認します。
方法：傷病者の肩を叩きながら、呼びかけます。
*反応のない傷病者は命の危険にさらされています。



③大きな声で助けを求め、協力を依頼します。
119番通報をして、救急車を呼びます。
近くにAEDがあれば、取りに行きます。



④普段どおりの正常な呼吸があるか確認します。
方法：胸やお腹がしっかり動いているか見ます。
*10秒かけても迷う時は、「呼吸がない」と判断します。

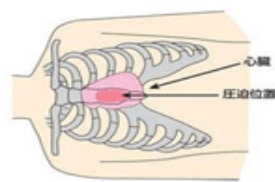


⑤胸骨圧迫と人工呼吸を行います。

胸骨圧迫(成人)

胸を押して、心臓の働きをお手伝いします。

しっかり押すことで、傷病者の蘇生・社会復帰の可能性が高くなります。
怖がらず、勇気を出して行ってください。



胸骨圧迫は胸の真ん中

質の高い胸骨圧迫のポイント

- 速さ：1分間に100~120回
- 深さ：約5センチ
- 押したら、しっかり戻す
- 中断は最小限にする
- 協力者がいれば、交代しながら（約1~2分を目安とする）

人工呼吸

息を吹き込んで、呼吸のお手伝いをします。

気道を確保した状態で、傷病者の鼻をつまみます。
自分の口を大きく開け、傷病者の口を覆います。



約1秒かけて、胸の上がりが見える程度の量を、2回吹き込みます。



人工呼吸2回

*強く吹き込むと胃の内容物が逆流する恐れがあります。

人工呼吸を実施する場合は、胸骨圧迫30回 + 人工呼吸2回を繰り返します。
精神的・技術的にためられる場合や感染の危険がある場合には、人工呼吸は行わず胸骨圧迫のみを実施します。

心肺蘇生はいつまで続けるの？

救急隊が到着して「交替します」と言うまで、「目的のある動き」が現れるまで行います。

*実施中に自分の身に危険を感じたら中止・中断して構いません。

4 AED

①AEDとは？



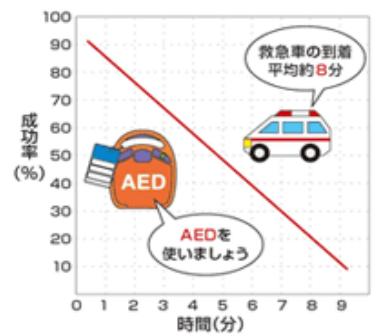
AED

Automated 自動
External 体外式
Defibrillator 除細動器

停止した心臓を動かす「魔法の箱」ではありません！！

何らかの原因でふるえ（細動）を起こした心臓に電気ショックを与えることにより、ふるえを取り除く機器です。自動的に心臓の状態を調べ、電気ショックが必要かどうかを判断し、音声メッセージで教えてくれます。

成功の可能性が1分ごとに7~10%低下



②AEDの使い方

AEDは、電源を入れると使い方を音声メッセージで教えてくれます。

<p>電源を入れて AEDの声をよく聞く</p> <p>1</p>	<h4>スイッチON</h4> <p>AEDが到着したらすぐに電源を入れ、音声メッセージをしっかりと聞きます。 フタを開けたり、パッドを取り出すことで電源が入るものもあります。 使い方が分かっていたら、すぐにパッドを張る準備をして下さい。</p>
<p>パッドの絵の指示どおり胸に貼る。 皮膚に直接貼る。</p> <p>2</p>	<h4>パッドを貼る</h4> <p>書いてある絵のとおり貼ります。パッド同士が触れ合わないよう注意します。 倒れている人の衣服を取り除き、地肌に直接貼ります。 協力者がいれば、パッドを貼る間も胸骨圧迫を続けます。</p>
<p>必要なら安全確認後 ショックボタンを Push</p> <p>3</p>	<h4>安全を確認して除細動ボタンを押す</h4> <p>「離れてください。」の音声メッセージがあったら患者に触れないようにしてください。他の人にも触れないよう促します。 ショックボタンは、誰も触れていないのを確認しながら押します。</p>
<p>胸を Push</p> <p>4</p>	<h4>胸骨圧迫再開</h4> <p>電気ショックを行っても行わなくても、直ちに胸骨圧迫を再開します。 注意：AEDは2分ごとに傷病者の状態を調べますので、電源は切らないでください。 また、パッドも救急隊が到着するまで貼ったままにしておいてください。</p>

③AED使用の注意点

AEDは、全年齢使用できます。



パッドには、成人用と小児用の2種類があります。
*小児用パッドは、小学生以上には使用できませんので、ご注意ください。

パッドを張る位置に障害がある場合



水分は、パッドを張る位置を拭き取ります。
簡単に取り除ける貼り薬などは、取り除いて、拭き取ります。

取り除けない、ペースメーカーなどがある場合には、パッドをずらして貼ります。

5 その他の応急手当

①気道異物除去法

食べ物などが、空気の通り道（気道）に誤って詰まってしまう、呼吸が出来なくなったなら、早急に救急車を要請しましょう。

そして、背中（肩甲骨の間）を素早く叩き、咳を出す手助けをしてあげましょう。



②回復体位

呼びかけに対して反応はないが、普段どおりの正常な呼吸をしている傷病者を安静に寝かせる体位管理です。

横向きにすることによって、食べ物が詰まって息ができなくなることを予防します。少し顎を上げると呼吸も楽になります。



③直接圧迫止血法

出血が止まらない場合には、ガーゼやハンカチなどなるべく清潔なもので、傷口を直接押さえます。

手袋やビニール袋を活用し、血液に直接触れないようにします。



6 救急車の要請

救急車の要請は、119通報で!!

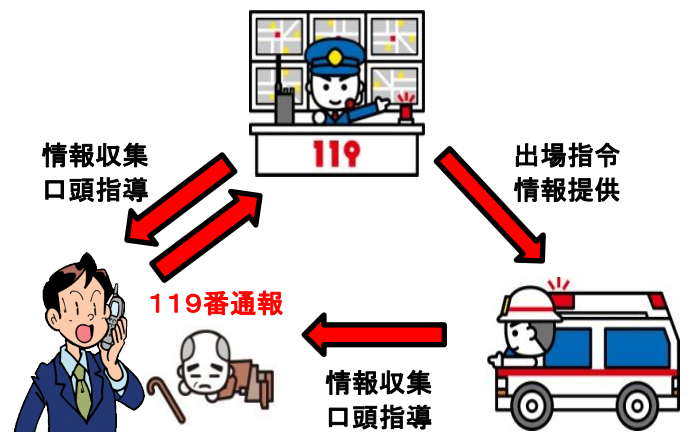
119番通報は専属の職員（指令員）が受けます。

情報を収集しながら救急車に出場指令を出します。

みなさんからの情報を救急隊に伝えますので、慌てず質問に答えて下さい。

応急手当が分からない、忘れてしまった・・・

指令員又は救急隊から、傷病者の状況に合わせた応急手当の方法を説明します。



救急車が来るまでに・・・

- ・保険証、普段飲んでいる薬（おくすり手帳や説明書）を用意しておかれることをお勧めします。
- ・人手がある場合は、救急車の案内をお願いします。

救急車・救急医療は限りある資源です

近年、救急車の出動件数は増え続けています。それに伴い、救急隊の現場までの到着時間も遅くなっています。本当に必要とする人のために、皆様のご理解とご協力をお願いします。

どうかな?と思ったら・・・

救急車で搬送された人の約半数が入院を必要としない軽症者です。

迷ったら、消防本部や医療機関（病院など）に問い合わせたり、各種サービスを上手に利用しましょう。



問い合わせは、一般加入電話で！（119は緊急回線）

八代消防本部 0965-32-6181