

成人ver

新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえた

# 救命処置の手順



私たちは、いつ、どこで、突然のけがや病気におそわれるかわかりません。

そんなときに家庭や職場でできる手当のことを「応急手当」といいます。

救急隊がくる前に、病院に行くまでに応急手当をすることで、けがや病気の悪化を防ぐことができます。

けがや病気の中でも重篤で緊急を要するものは、心臓や呼吸が止まってしまった場合です。

このような人の命を救うために、そばに居合わせた人ができる応急手当のことを「救命処置」といいます。

みなさんも、万が一のときに備え、救命処置を学びましょう！

# 心肺蘇生とAEDの使用 救命処置の流れ



安全を確認する



反応（意識）を確認する



119番通報とAEDの搬送を依頼



呼吸を確認する

普段どおりの呼吸あり

様子を見ながら救急隊を待つ  
回復体位を考慮する

呼吸なし、普段どおりでない・分からない

胸骨圧迫

胸骨圧迫を開始する前にハンカチやタオルなどがあれば傷病者の鼻と口にそれをかぶせる。傷病者がマスクを着けている場合は外さない。

／ つよく ／

胸が約5cm沈むまで  
しっかりと圧迫

／ はやく ／

100～120  
回/分

／ 絶え間なく ／

中断を最小限にする

圧迫後は胸が元の位置に戻るまで圧迫を解除

AED装着

電源をいれる ▶ 電極パットを装着する

心電図の解析

電気ショック  
必要なし

直ちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開

電気ショック  
必要あり

電気ショックを行う

直ちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開

繰り返し行う

- ✓ 救急隊等に引き継ぐまで
- ✓ 目的のある仕草が認められるまで
- ✓ 普段どおりの呼吸をしはじめるまで

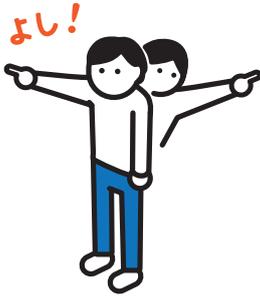
心肺蘇生を  
続けること



心肺蘇生法の実施後は速やかに  
石鹸と流水で手と顔を十分に洗う

# 心 肺 蘇 生 法

## 1 安全確認



新型コロナウイルス感染症が流行している状況においては、すべての傷病者に感染の疑いがあるものとして対応します。

- ✓ 倒れる人を目撃したり、倒れている人を発見した場合は、近寄る前に周囲の安全を確認します。(自身の安全確保優先)

## 2 反応(意識)の確認



- ✓ 傷病者の両肩をやさしくたたきながら大声で呼びかけ反応を確認します。何らかの返答または目的のある仕草がなければ「反応なし」と判断します。

反応を確認する際に、傷病者の顔と救助者の顔が近づきすぎないようにします。

## 3 119番通報とAED依頼



- ✓ 助けを求め、119番通報と、AEDを持って来るよう依頼します。
  - ※ 119番通報の時には「意識のない」ことも伝えましょう。
  - ※ 電話のスピーカーモード(ハンズフリー)に切り替えると、説明を聞きながら両手が使えて、効率的な応急処置ができます。

## 4 呼吸の確認



- ✓ 目視で、胸と腹部の動き(上下運動)を見て10秒以内に呼吸の確認をします。

- ・10秒間胸や腹部の動きがない場合
- ・呼吸の状態がよくわからない場合
- ・しゃくりあげるような、途切れ途切れに起きる呼吸が見られる場合

→ 普段通りの呼吸なし

呼吸の確認の際に、傷病者の顔と救助者の顔が近づきすぎないようにします。

## 5 胸骨圧迫



エアロゾルの飛散を防ぐため、胸骨圧迫を開始する前にハンカチやタオルなどがあれば傷病者の鼻と口にかぶせます。マスクや衣類などでも代用できます。

- ✓ 1 胸の真ん中にある胸骨の下半分に片方の手の付け根を置きます。
- 2 他方の手をその上に重ねます。両手の指を互いに組むと、より力が集中します。
- 3 両肘をまっすぐに伸ばして手の付け根の部分に体重をかけ、真上から垂直に傷病者の胸が約5cm沈むまでしっかり圧迫します。
- 4 1分間に100回~120回の速いテンポで絶え間なく圧迫します。

※エアロゾルとはウイルス等を含む微粒子が浮遊した空気

# 心肺蘇生法

6

人工呼吸は  
行わない



成人への人工呼吸は行わずに胸骨圧迫だけが続けます。  
感染対策のため人工呼吸は行いません。

中止するタイミング

- ✓ 何らかの応答や目的のある仕草が現れたとき
- ✓ 普段通りの呼吸をし始めたとき
- ✓ 救急隊等に引き継いだとき

実施後

速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗います。  
手を洗うか消毒するまでは、頭や顔・まわりを  
触らないようにします。  
傷病者に使用したハンカチなどは、  
直接触れずに廃棄するようにしてください。

## 人工呼吸の手順

気道確保



人工呼吸は成人には行わず、小児に対しては講習を受け技術を身につけ、  
人工呼吸を行う意思のある場合に行います。

- ✓ 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、あご先を上げます。  
※ 頭部後屈あご先挙上法

人工呼吸



- ✓ 気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で鼻をつまむ。
- ✓ 傷病者の口を覆い、空気が漏れないように吹き込む。
- ✓ 1回の吹き込み時間は約1秒かけて静かに2回息を吹き込む。



胸が上がるのを確認する

心肺蘇生の継続



- ✓ 胸骨圧迫を30回連続して行った後に、人工呼吸を2回行います。  
この胸骨圧迫と人工呼吸の組合せ(30:2のサイクル)を  
救急隊と交代するまで絶え間なく続けます。

# 心肺蘇生法

7 AEDの準備と装着

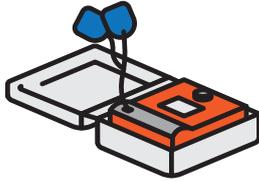


AEDとは？

心臓が突然止まるのは、心臓がブルブルと細かくふるえる「心室細動」が原因となることが少なくありません。この場合、できるだけ早く心臓に電気ショックを与え、ふるえを取り除くこと（除細動）がとても重要で、AEDはこの電気ショックを行うための医療機器です。コンピューターによって自動的に心室細動かどうかを調べ電気ショックが必要かどうかを判断し、音声メッセージで指示してくれますので、簡単で確実に操作することができます。

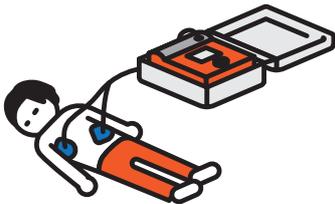
- ✓ AEDを傷病者の近く、頭の横（耳）付近の使用しやすい場所に置きます。

8 AEDの電源をいれる



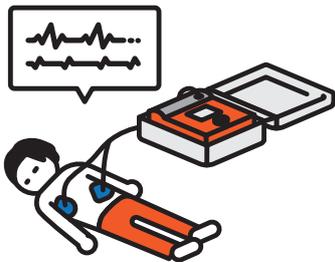
- ✓ AED本体のふたを開け、すぐに電源ボタンを押す。（ふたを開けると自動的に電源が入る機種もあります。）
- ✓ 電源を入れたら、音声メッセージと点滅するランプに従って操作します。

9 電極パットを貼る



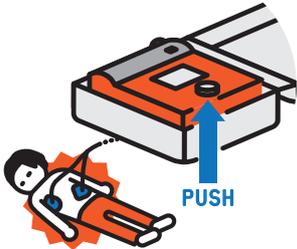
- ✓ 電極パッドは胸の右上（右鎖骨の下）及び胸の左下側（脇の5～8cm下、乳頭の斜め下）の位置にしっかりと貼り付けます。 ※貼り付ける位置は電極パッドに絵で表示されています。

10 心電図の解析



- ✓ 電極パッドを貼りつけると音声メッセージが流れ、自動的に心電図の解析が始まります。
- ✓ AEDの音声メッセージの指示に従ってください。

11 電気ショック



- ✓ ショックが必要な場合は、AEDが音声メッセージを發し、自動で充電を始めます。
  - ✓ 充電が完了すると、ショックボタンを押すように音声メッセージが流れ、ショックボタンが点灯します※。誰も傷病者に触れていないことを確認して、ショックボタンを押します。
- ※オートショックAED（ショックボタンのないAED）は自動的に電気ショックが行われます。音声ガイダンスをよく聞いて操作してください。

12 心肺蘇生の再開

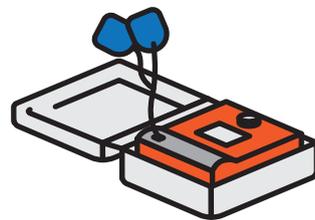


- ✓ 電気ショックを行ったら、直ちに胸骨圧迫を再開します。AEDを使用する場合でも、AEDによる心電図の解析や電気ショックなど、やむを得ない場合を除いて、圧迫の中断をできるだけ短くすることが大切です。

## よくある質問

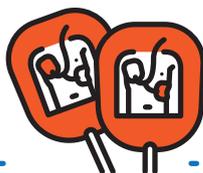
# こんな時は

# どうするの？



電極パッドが2種類入っていました。  
どれを使えば良いの？

小学生～大人用と未就学児（小学校入学前の子ども）用が入っている場合があります。イラストをみれば区別できます。小学生や中学生以上には、流れる電気が不足するので未就学児用パッドは使用できません。

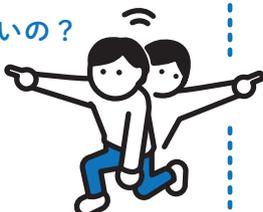


ペースメーカーやICD（自動植え込み型除細動器）が胸に植え込まれている人にもAEDは使える？

胸の皮膚が盛り上がり、下に固いものが触れるのでわかります。ペースメーカーやICDのある場所を避けて電極パッドを貼り付けます。

医療用貼付薬又は湿布薬が胸に貼ってあるときはどうしたらいいの？

貼付薬等をはがして胸を拭いた後、電極パッドを貼り付けます。



傷病者の胸が濡れているときもAEDは使えるの？

傷病者の胸をタオル等で拭き取ってから電極パッドを貼り付けます。



救助者が1人しかない場合でもAEDを取りに行くべき？

救助者が1人しかない場合、AEDを取りに行くと心肺蘇生の開始が遅れます。

傷病者の反応のないことを確認したら、ただちに119番通報を行い、AEDが近くにあることがわかっている場合、自分で取りに行きますが、AEDがどこにあるのかわからないときはAEDを探すために、時間を費やさないようにします。



なぜ、胸骨圧迫のみの心肺蘇生でもよいの？（成人の場合）

心肺蘇生は胸骨圧迫と人工呼吸を組み合わせるのが理想です。

しかし、傷病者が新型コロナウイルス感染症に感染している恐れもありますので、自身の安全を守るため人工呼吸は行わずに胸骨圧迫のみをひたすら行います。

なお、突然の心停止では肺や血液内にある程度の酸素が残っていることが多く、

胸骨圧迫のみでも脳や心臓へ酸素を供給することができるという生理的な考察も理由として挙げられます。



# 異物の除去

## 喉に物が詰まった時

### 成人・小児の場合

意識・反応がある場合には、異物が取り除けるか、  
傷病者の反応がなくなるまで以下の方法を試みます。  
傷病者が咳をすることが可能であれば、できるだけ咳を続けさせます。  
※意識・反応がなくなった場合には、直ちに心肺蘇生法を行ってください。



#### 咳をさせても出ない場合

##### ☑ 背部叩打法

傷病者が立っている場合や座っている場合は傷病者の後ろに回ります。  
手の付け根で左右の肩甲骨の中間あたりを、何度も力強くたたきます。



#### 背部叩打法で効果がない場合

##### ☑ 腹部突き上げ法

傷病者を後ろから抱えるように腕を回します。片手で握りこぶしを作り、  
その親指側を傷病者のへそより上に当てます。  
その握りこぶしをもう一方の手で包むように握り、すばやく手前上方に向かって  
圧迫するように突き上げます。  
なお、妊婦、乳児、高度な肥満者に対しては、背部叩打法を行ってください。



**市川市**

**消防局 救急課**

〒272-0021 千葉県市川市八幡1丁目8番1号

☎ 047-333-2111 (代表)

市川市 救命講習

検索

[https://www.city.ichikawa.lg.jp/catpage/cat\\_00000057.html](https://www.city.ichikawa.lg.jp/catpage/cat_00000057.html)