

4.救急蘇生法について

もしも

あなたの大切な家族が、友人が、
目の前で倒れたら…

1.

119番通報 ▶

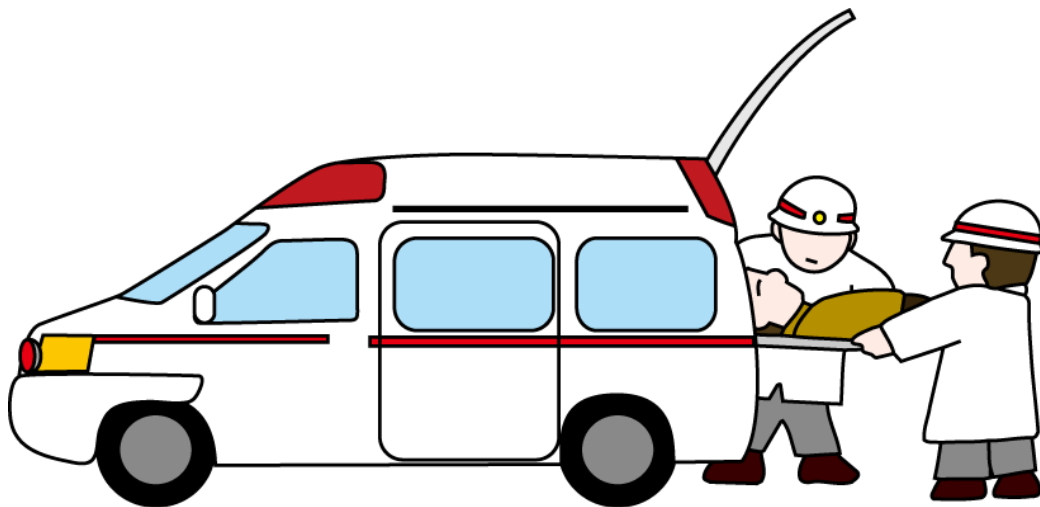
2.

呼びかける ▶

3.

パニックになって
何もできなそう… ▶

119番してから救急車が来るまでの平均時間は **8** 分間
(全国平均)。その間に、あなたにしかできないことが
あります。それが、**CPR (心肺蘇生)**



① CPRってなに？

「CPR」とは「心肺蘇生（しんぱいそせい）」という意味で、Cardiopulmonary Resuscitation（カーディオ バルモナリー レサージテーション）の略語です。

CPRは、心臓や呼吸が止まってしまった人に対して、胸骨圧迫（心臓マッサージ）や人工呼吸を行うことで、脳のダメージを最小限に抑えるために実施する一連の方法です。



②心肺蘇生の流れ

傷病者の発見



反応の確認



助けを呼ぶ

あり



応急手当



119番通報・AEDの手配



呼吸の確認

あり



気道確保・回復体位



ただちに胸骨圧迫を開始

(人工呼吸を行える場合は人工呼吸：胸骨圧迫=2：30

人工呼吸が出来ない場合は胸骨圧迫のみを行う)



AEDの使用

*ショックの有無にかかわらず、救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に

呼吸や目的のある仕草が認められるまで胸骨圧迫を続ける