

一次救命処置 (BLS)

きょうこつあっぱく しんぱいそせい(シーピーアール)とエーイーディー
胸骨圧迫のみの心肺蘇生 (CPR)とAED

入門編

「人が倒れている」 近づくその前に

- 周囲の安全を確認する(2次事故防止)
- 傷病者の状態を確認する(大出血の有無など)

1 意識を確認する

- 肩を叩いて、声をかける

2 協力者を求める

- 119番通報
- AEDの手配

3 呼吸をみる

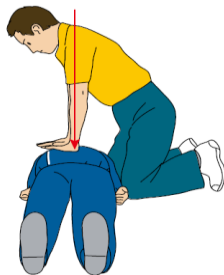
- 10秒以上かけないで、胸とお腹をみて、普段どおりの呼吸があるかを確認する

しせんきこきゅう

※ 死戦期呼吸を普段どおりの呼吸と間違えないようにする

4 胸骨圧迫

- 「胸の真ん中」を垂直に押し下げる
- 圧迫の深さは「少なくとも5cm」
- 圧迫の速さは「少なくとも100回／分」
- 圧迫は「強く・速く・絶え間なく」を意識する



じんこうきこきゅう



- ※ 人工呼吸ができる場合は、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す
- ※ 人工呼吸ができない場合は、胸骨圧迫のみを継続する

5 AED

- 電源を入れる
- 音声に従う
- 電極パッドをはる
- ショックボタンを押す

