

心肺蘇生法の手順（2020）

1 発見		誰か倒れている	
2 安全確認	自分と周囲の安全確認 危険であれば安全を確保	周囲の安全よし	
3 観察	出血の確認	大出血なし	
4 反応の確認	額に手を置き、肩を叩く 距離を保ち3回呼びかけ 体全体の反応を見る  ※反応があれば回復体位	大丈夫ですか  	
5 反応がなければ	助けを呼ぶ	誰か来てください 人が倒れています	
	協力者が来たら  ※誰もいなければ自分で 119番通報	119番通報をお願いします 〇〇歳くらいの男（女）性で 反応がありません  近くのAEDを持ってきて下さい なくても戻ってきて協力してください	
6 呼吸の確認	胸と腹部の動きを10秒以内で確認（お腹に手を当てると確認しやすい）  ※呼吸があれば回復体位	1 2 3 4 5 普段通りの呼吸なし	
7 胸骨圧迫	胸骨圧迫開始 ※胸の真ん中に手を重ね 肘を伸ばし垂直に強く早く絶え間なく押す	1、2、3～28、29、30  ※1分間に100～120回のペースで30回押す ※約5センチ沈む強さで押す	
8 人工呼吸	額に手を当て、反対の手でアゴ先を持ち上げて、気道を確保しながら鼻をつまみ、胸を見ながら1秒に1回軽く胸が上がる程度で2回吹き込む	※胸が上がらなくても2回吹き込んだら、すぐに胸骨圧迫	
9 胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を反応が現れるか救急隊に引き継ぐまで実施する ※人工呼吸に抵抗やためらいがある場合、口に血液や吐物がある場合は胸骨圧迫のみを継続する			

## AED の取り扱い手順

1 AED 到着	傷病者の頭の近くに置く	AED は使えますか	AED を持ってきた人に聞く
2 AED の電源を入れる	ふたを開ける  ※ボタンを押す機種もある	使えます  準備してください	
3 モードの確認	小学生～成人モード 未就学児モード		
4 パッドの準備	未就学児用パッドがない場合は小学生～成人用を使用		
5 衣服の取り除き	ハサミなどの準備	衣服を脱がせます	
6 パッドの貼り付け	シートからはがす 体表面の確認（汗・水気、ペースメーカー、貼付薬の有無） 素肌に密着させて貼る	汗・水気、ペースメーカー、貼付薬なし	
7 解析の開始	傷病者に触らない	誰も触らないで	
8 ショックが必要	充電開始	ショックを打つので誰も触らないで3, 2, 1	 
○ショックは必要ありません	すぐに胸骨圧迫と人工呼吸継続	胸骨圧迫と人工呼吸を継続します	
9 ショック後	生体反応無し 救急隊に引き継ぐまで AED の指示に従う	胸骨圧迫と人工呼吸を開始します	
	生体反応有り パッドを貼ったまま電源入れたまま	※回復体位で救急隊到着まで観察を続ける	
10 救急隊到着後	ショックの回数 発見時の状態の引継ぎ		