

救命処置の手順 ガイドライン 2020

① 安全の確認



- ▶ 傷病者の救助の前に、自らの安全確保を優先しましょう。
- ▶ 誰かが倒れるところを目撃、発見した場合には、まず周囲の安全を確認します。特に交通量の多い道路や、工事現場などで、安全が確保できない場合は 119 番通報を優先しましょう。

② 反応の確認



- ▶ 傷病者の耳もとで大声で呼びかけながら、優しく肩を叩きます。
- ▶ 反応がなければ反応なしと判断します。
- ▶ 反応がある(目を開けたり、返事をしたりする)場合は、傷病者の訴えを聞き、応急手当を行いましょう。
- ▶ 反応があるかないか判断に迷った場合、またはわからない場合は反応がないものとして行動しましょう。

③ 119 番通報をして AED を手配する



- ▶ 大きな声で「誰か来てください！人が倒れています！」と応援を求め、協力者が駆けつけたら、「119 番通報」と「AED」の手配を依頼します。
- ▶ 協力者がいない場合は、119 番通報をし、救命処置の指導を受けてください。
- ▶ 119 番通報をすると、通信指令員が行うべきことを指導してくれます。電話のスピーカー機能を活用しましょう。

④ 普段とおりの呼吸があるかの確認



- ▶ 10秒以内で胸の上がり下がりを見て、「普段とおりの呼吸」をしているかを確認します。
- ▶ 「普段とおりの呼吸」がない場合は直ちに胸骨圧迫を開始します。「普段とおりの呼吸か」判断に迷う場合、またはわからない場合も、「普段とおりの呼吸」はないと判断して胸骨圧迫を開始します。
- ▶ 反応はないが、「普段とおりの呼吸」がある場合は、様子をみながら協力者や救急車の到着を待ちます。

⑤ 胸骨圧迫



- ▶ 圧迫位置は胸骨の下半分(胸の真ん中)を重ねた両手で強く、速く、絶え間なく圧迫します。
- ▶ 両肘をまっすぐ伸ばし、垂直に圧迫します。
- ▶ 深さは「約5cm」沈むように圧迫します。
- ▶ テンポは「1分間に100回～120回」で120回をこえないような速さで圧迫します。
- ▶ 圧迫を緩めるときは十分に力を抜き、胸郭がしっかり戻るようにします。(圧迫解除)
- ▶ 30回連続で実施します。

⑥ 気道確保



- ▶ 気道確保は頭部後屈あご先挙上法を用います。
- ▶ 片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指をあご先硬い部分に当て、首を後ろにそらし(頭部後屈)、あご先を上げます(あご先挙上)

救命処置の手順 ガイドライン 2020

⑦ 人工呼吸



- ▶ 気道を確保したまま、親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみます。
- ▶ 自分の口を大きく開け、傷病者の口を覆って密着させ、空気が漏れないように約 1 秒間息を吹き込みます。
- ▶ 吹き込む際、胸が挙上していることを確認します。
- ▶ これを 2 回行います。

- ▶ 嘔吐物や出血があり、人工呼吸をためらう場合は胸骨圧迫のみを実施しましょう。

⑧ 心肺蘇生の継続



- ▶ 胸骨圧迫を 30 回連続行った後に、人工呼吸を 2 回行います。
- ▶ 胸骨圧迫と人工呼吸の比率は「30:2 のサイクル」で行い、救急隊員と交代するまで絶え間なく続けます。

- ▶ 人工呼吸をためらう場合には胸骨圧迫のみを連続して行います。

⑨ AED の準備



- ▶ AED が届いたらすぐに AED の準備を始めます。
- ▶ AED を傷病者の頭のそばに置き、AED の電源を入れます。それ以降は音声メッセージに従って操作します。

- ▶ 傷病者の胸をはだけ、電極パッドを絵の通りに貼り付けます。

救命処置の手順 ガイドライン 2020

⑩ 心電図の解析



- ▶ 心電図の解析時に音声メッセージが流れるので、音声に従い、誰も傷病者に触れないように周囲に注意を促します。
- ▶ AED が電気ショックを必要と判断した場合は「ショックが必要です」、必要がない場合は「ショックは不要です」などの音声メッセージが流れます。
- ▶ 「ショックは不要です」といった音声メッセージの場合は、胸骨圧迫を再開します。

⑪ 電気ショック



- ▶ AED により電気ショックが必要と判断された場合、自動的に充電が始まります。
- ▶ 充電が完了すると、「ショックボタンを押してください」と音声メッセージが流れ、ショックボタンが点灯点滅します。
- ▶ AED 操作者は「電気ショックを流します、皆さん離れてください」と注意喚起し、傷病者に誰も触れていないことを確認したのち、ショックボタンを押します。
- ▶ 電気ショック実施後、ただちに胸骨圧迫を再開し、音声に従いながら心肺蘇生法を継続します。

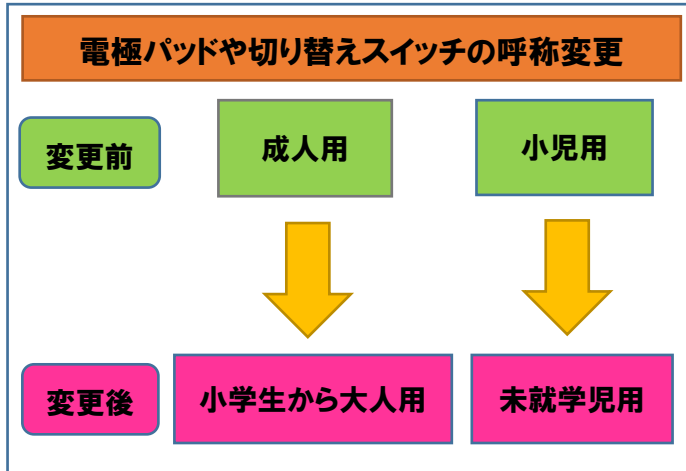
⑫ 心肺蘇生の再開



- ▶ 電気ショック実施後は、直ちに胸骨圧迫を再開します。
- ▶ 胸骨圧迫の中断時間はなるべく短くしましょう。
- ▶ 胸骨圧迫の質を維持するため、交代できる人がいれば1～2分で交代するとよいでしょう。
- ▶ 救急隊員と交代するまで心肺蘇生を継続しましょう。

※ガイドライン 2020 変更及び追加項目

① AED パッドの名称変更



- ▶ AEDには小学生～大人用(従来の成人用)と未就学児用(従来の小児用)の2種類のパッド、もしくはモードの切り替えスイッチがあります。
- ▶ 小学生以上には、「小学生～大人用」の電極パッド(モード)を使用し、未就学児には「未就学児用」の電極パッド(モード)を使用してください。
- ▶ 「小学生以上」には、「未就学児用」の電極パッド(モード)を使用しないでください。
- ▶ 従来表記の電極パッド(モード)もあるので注意してください。

② オートショック AED



- ▶ オートショック AEDにより電気ショックが必要と判断された場合、ショックボタンを押さなくても自動的に電気ショックが行われる機能がついています。
- ▶ オートショック AEDでは、傷病者から離れるように音声メッセージが流れ、カウントダウンまたはブザーの後に、自動的に電気が流れます。この場合も、傷病者に触れないように注意喚起します。