

# ～もしものための応急手当～

## 心肺蘇生法の手順（コロナ対策）



倒れている人を見かけたら、まずはこの手順に従って救護しましょう。

### 1. 肩を叩きながら呼びかける



大丈夫ですか？

顔があまり近づき過ぎないように注意

### 2. 反応が無かったら、大きな声で助けを呼ぶ



誰か来て！  
人が倒れています！

協力者がいない時は自分で  
119番通報をする

「あなた119番通報してください！！」  
「あなたAEDを持ってきてください！！」

協力者が来たら

### 3. 呼吸の確認する



「**普段どおりの呼吸**」をしているかどうかを確認します。

4. 普段通りの呼吸が無ければエアロゾルの飛散を防ぐため、タオルやマスク等を傷病者の鼻と口にかける



※エアロゾル・・・ウイルスなどを含む微粒子が浮遊した空気

## 5. 胸骨圧迫を開始



胸の真ん中を、重ねた両手で

- ・強く（約5 cm）
  - ・早く（1分間に100回～120回）
  - ・絶え間なく
- （AED到着or傷病者が回復するまで）

圧迫します。



垂直に圧迫する

※成人に対して人工呼吸は行いません！！

成人に対して人工呼吸は実施せずに胸骨圧迫だけ続ける。

子供に対しては、講習を受けて人工呼吸の技術を身につけていて、人工呼吸を行う意思がある場合には、胸骨圧迫に人工呼吸を組み合わせる。その際、手元に人工呼吸用の感染防護具があれば使用する。ためらいがある場合には胸骨圧迫だけを継続する。

## 6. AEDの到着、準備



AED到着、傷病者の近くに置く



電源ボタンを押す



電極パッドを貼り付ける

## 7. 心電図の解析、電気ショック

みなさん、離れて！！



電極パッドを貼り付けると「体に触れないでください」などの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

ショックボタンを押す



AEDが電気ショックを加える必要があると判断すると「ショックが必要です」などの音声流れ、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」などの音声メッセージが出て、ショックボタンが点灯し、充電完了の連続音が出ます。

・充電が完了したら「ショックを行います。みなさん、離れて！！」と注意を促し、**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。

## 8. AEDと胸骨圧迫の繰り返し

電気ショックが完了すると、「ただちに胸骨圧迫を開始してください」などの音声メッセージが流れますので、これに従って、ただちに胸骨圧迫を開始します

胸骨圧迫を開始して2分ほど経ったら、再び、AEDが自動的に心電図の解析を行います。音声メッセージに従ってください。



## 9. 心肺蘇生実施後の対応

救急隊の到着後に、傷病者を救急隊員に引き継いだあとは、速やかに石鹸と流水で手と顔を洗う。傷病者の鼻と口にかぶせたハンカチやタオルなどは、直接触れないようにして廃棄するのが望ましい。