

一次救命処置(BLS)

— 心肺蘇生(CPR)とAED —

「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番通報とAEDの手配をお願いする

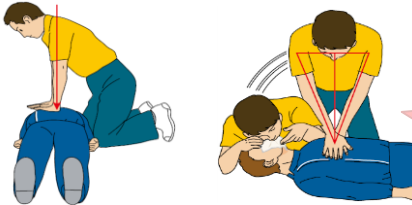
3 呼吸をみる

- 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

※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

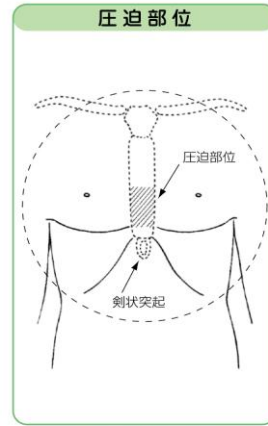
4 胸骨圧迫を30回

- 「胸の真ん中」を手掌基部で垂直に押し下げる
- 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

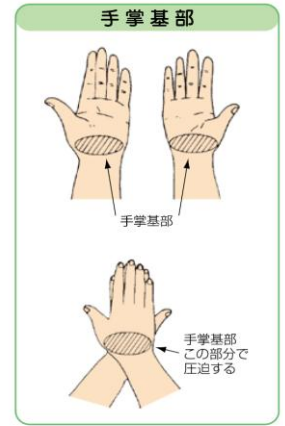


6 メッセージに従ってAEDを使う

※AEDのメッセージは、機種により若干の違いがある

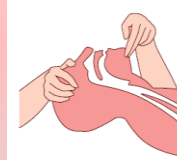


※手掌基部は、適切な位置に置き、剣状突起を押さないように注意します。



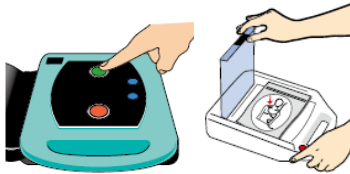
5 できれば、人工呼吸を2回

- 気道を確保する(頭部を後ろに下げて、あご先を上げる)
- 鼻をつまんで口を覆い、胸が上がるのがわかる程度吹き込む
- 1回の吹き込みに約1秒かける
- 吹き込んだら、つまんだ手と口を離す



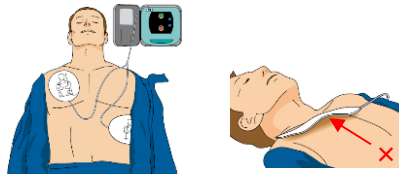
STEP 1

電源を入れる



STEP 2

「電極パッドを装着してください」



- イラストのとおり貼る
- 電極パッドは、密着させる
- 水濡れや貼り・塗り薬などは取り除く
- コネクターがあるものは差し込む



STEP 5

胸骨圧迫と人工呼吸の繰り返し



- 直ちに

4 胸骨圧迫

5 人工呼吸

STEP 4

「電気ショックが必要です」



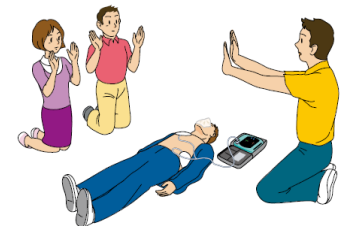
- 傷病者から離れる
- ショックボタンを押す

「電気ショックは不要です」

STEP 3

「心電図を解析中です」

- 傷病者から離れる



STEP 6

以降もAEDのメッセージに従う

STEP 7

医師または、救急隊に引き継ぐ

- AEDの電源は切らず、電極パッドは着けたままにする





日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

「あなたは大切な人を守れますか？」

日本赤十字社では、いざという時に役立つ

「一次救命処置（BLS）-心肺蘇生とAED-」のVTR
をweb上で公開しています。ぜひご覧ください。

【URL】

www.jrc.or.jp/study/safety/



- 日本赤十字社では、赤十字救急法をはじめ、それぞれのライフステージにあわせた講習会を実施しています。
- 講習会のお問い合わせは各支部ホームページまたは、下記ナビダイヤルから最寄りの各支部まで。

ナビダイヤル



0570-009595

ナビダイヤル®