# ～命を救う心肺蘇生の手順～

©埼玉県 2005

**倒れている人を見かけたら勇気をもってすぐに行動しよう！**

## 1. 周囲の安全確認

倒れている人を発見！

まずは周囲の安全を確認




## 2. 反応の確認

肩を軽くたたきながら、
大声で呼びかける




反応なし or 判断に迷う場合も３へ

## 3. 119 番通報、ＡＥＤ手配

大声で助け（応援）を呼ぶ！
１１９番通報＆ＡＥＤ手配！




周囲に人がいない場合は自分で
119 番通報し、指示に従う

## 4. 呼吸の確認

上半身を見て、**10 秒以内**で
胸と腹の動きをチェック！




呼吸なし or 判断に迷う場合も５へ

## 5. 胸骨圧迫開始（心臓マッサージ）

人工呼吸の技術と意思がある場合は
人工呼吸も追加
**胸骨圧迫３０回＋人工呼吸２回**
を繰り返す




成人の場合は胸が 5cm 沈むように
1 分間に 100 ～ 120 回のテンポ

AED が到着したら６へ

＊1　ふたを開けると自動で電源が入る製品もあります

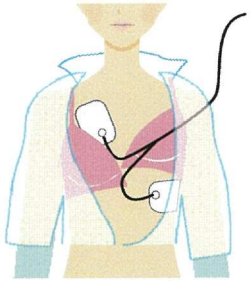
＊2　ボタンを押すタイプと自動で行われるタイプがあります

## 6. ＡＥＤを使用

**あわてず音声メッセージに従う**

**Ⅰ　＊1ＡＥＤの電源を入れる**

**Ⅱ　電極パッドを貼る**



**女性への配慮**

- 必ずしも全て衣類を脱がす必要はありません。
- ブラジャーの金属部分がパッドに触れなければ、下着をずらして使用することもできます。
- パッド貼付後に上からタオルや衣類をかけても、ＡＥＤは使用できます。

- パッド等に示された貼付位置を確認し、素肌に貼り付けます。
- 小学生～大人用と、未就学児用でパッドが異なる場合や、共通パッドでモードを切り替えて使用するタイプがあります

Ⅰ、Ⅱの間も胸骨圧迫は継続

**Ⅲ　電気ショックの要否を解析**

AEDが自動的に行う

必要




不要

意識が戻らない状態なら５へ戻る

**Ⅳ　＊2電気ショック**

呼吸が戻らない場合は、ただちに５へ戻る

**救急車到着**

**救急車到着**　救急隊に引き継ぐ