

# 心肺蘇生法の手順



## 意識の確認

反応がない  
反応があるか迷った場合

大声で応援を呼ぶ近く  
の教員に知らせる  
+  
AEDの手配依頼

## 呼吸の確認 (10秒以内)

正常な呼吸あり

気道確保、呼吸の観察  
応援・救急隊を待つ  
回復体位にする

普段どおりの呼吸がみられない  
または  
その判断に自信が持てない場合

すぐに胸骨圧迫!



## 心肺蘇生 (CPR)

- ◎ 直ちに……胸骨圧迫を30回行う。場所は、胸の真ん中を両手で押す。
- ◎ 強く……成人は5cm以上で6cmを超えないよう圧迫、押したらしっかりと胸を元に戻す。
- ◎ 早く……テンポは100回～120回/分。
- ◎ 絶え間なく……中断を10秒超えないようにする。

- ◆ 人工呼吸ができる場合……心臓マッサージ(胸骨圧迫)30回+人工呼吸2回(1回1秒)  
↻ これを交互に繰り返す ↻
- ◆ 人工呼吸ができないか、ためられる場合……胸骨圧迫のみ

心肺蘇生はなるべく複数人で助け合う。

## AED 到着したら装着

AED



## 心電図解析

電気ショック必要あり

電気ショック必要なし

- 電気ショック1回行う。AEDパッドはそのまま電源切らずに
- 電気ショック後は、直ちに心肺蘇生再開
- 胸骨圧迫30回→人工呼吸2回  
5サイクル(2分間)
- 以後、心肺蘇生とAEDの手順を繰り返す



- AEDパッドはそのまま、電源も切らず直ちに心肺蘇生再開
- 胸骨圧迫30回→人工呼吸2回  
5サイクル(2分間)



\* AEDは、グラウンドの救護に置いています。

表面あり

