

Basic Life Support & First Aid

応急手当講習会

～命をつなぐ その時に～

救命の連鎖

4つの鎖が途切れずにつながると、救命効果が高まります



心停止の予防

早期認識と通報

一次救命処置

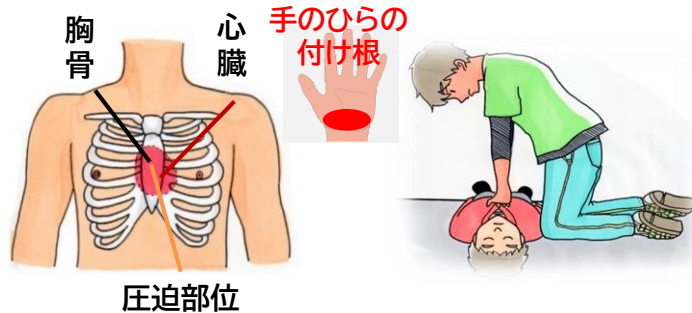
二次救命処置

最初の3つの輪は、現場に居合わせた市民の実施が重要です！

胸骨圧迫の実施

「強く」・「速く」・「絶え間なく」

- 強く: 胸が約5センチメートル沈むまで圧迫
- 速く: 1分間に約100～120回のリズムで圧迫
- 絶え間なく: 中断せずに、連続して圧迫

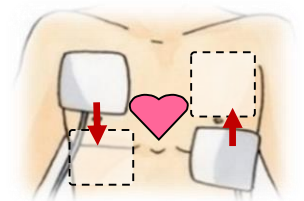


AED

突然の心停止の場合、心臓のけいれん(心室細動)が発生することがあります。

AED(自動体外式除細動器)は、心臓のけいれん(心室細動)に対して電気ショックを行い、心臓のけいれんを取り除くものです。

また、生存率は時間とともに低下するため、速やかに電気ショックと胸骨圧迫を実施することが大切です。



Basic Life Support

一次救命処置

心肺蘇生のながれ

小・中・大と徐々に声を大きくしながら声かけをします。同時に肩を叩く強さも徐々に強くします

大きな身振りで多くの人を集めて、**119番通報とAEDの手配**をします。

1人の場合、先に119番通報をして、1～2分で戻れる距離にAEDがある場合は取りに行きます

死戦期呼吸に注意！！

胸とお腹は動かず、口だけが動く呼吸です
これは、「**呼吸なし**」と判断します

胸の状態を確認する！！

か：**乾燥**しているか⇒ふき取る
き：**金属**がないか⇒ずらす、外す
く：**塞**がないか⇒貼付薬を剥がす
け：**毛**がないか⇒除毛する
こ：**こぶ(ペースメーカー)**がないか
⇒下に2～3cmずらす

