

**この三角巾は  
AEDを使用する際に  
かけてご使用ください。**



# 心肺蘇生法 (G2020)

成人 15 歳以上、小児 1 歳～15 歳

東温市消防本部  
令和 4 年 5 月

## 1. 安全確認

## 2. 反応（意識）の確認



- 倒れている人に近づき肩を優しくたたきながら呼びかけて反応の確認をします。

※判断に迷う場合、又はわからない場合も心停止の可能性があるものとして行動する。

AEDを持って来てください。

119番通報をしてください。



- 反応がなければ助けを呼びます。協力者がいれば、  
①119番通報  
②AEDの手配（近くにある場合）を依頼する。

※通報者は、通信指令員の指示に従う。  
また、電話のスピーカー機能を活用。

## 3. 呼吸の確認



- 呼吸は胸と腹部の動きをよく見て、「普段とおりの呼吸か」を 10 秒以内で確認する。

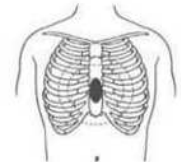
### 【心停止の判断ポイント】

- ・呼吸がない場合。
- ・普段とおりの呼吸でない場合。  
（死戦期呼吸：しゃくりあげるような、途切れ途切れの呼吸）
- ・普段とおりの呼吸か判断に迷う場合。

## 4. 胸骨圧迫



- 圧迫の位置：胸骨の下半分。（目安は胸の真ん中。）
- 圧迫の深さ：成人は約 5 cm。小児は胸の厚さの約 1/3。
- 圧迫の速さ：100～120 回/分。
- 圧迫の回数：30 回。



### 【ポイント】

- ・圧迫と圧迫の間（圧迫を緩めるとき）は、胸がしっかり戻るまで十分に力を抜く。
- ・胸骨圧迫は「強く・速く・絶え間なく」



## 5. 人工呼吸



### 【人工呼吸を行う前に・・・】

- ・人工呼吸を行う意思がある場合は実施する。
- ・小児の心停止では、人工呼吸を組み合わせた心肺蘇生を行うことが望ましい。
- ・人工呼吸のやり方がわからない場合や、ためらいがある場合には、胸骨圧迫だけを続ける。



- 気道確保は、頭部後屈あご先拳上法で行う。
- 気道確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまむ。
- 口を大きく開けて傷病者の口を覆い、空気が漏れないようにして、息を約 1 秒かけて吹き込み胸の上がりを確認出来る程度とする
- 胸の上がりがわからなくても吹き込みは 2 回まで行う。
- 手元に感染防護具があれば使用する。