

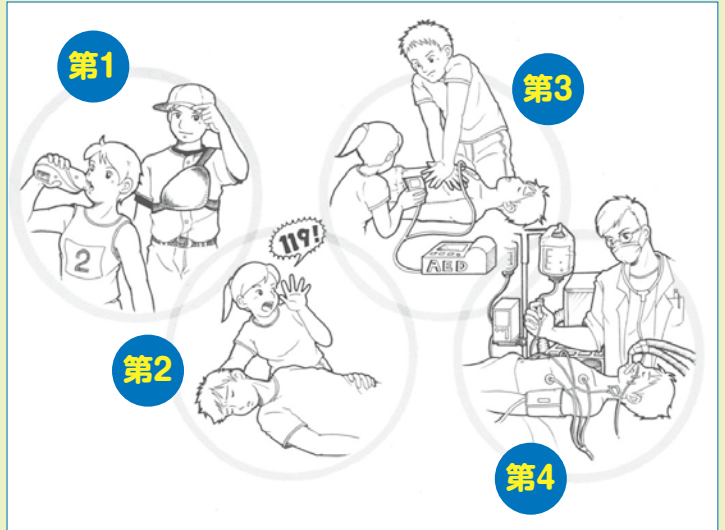
応急手当(心肺蘇生)カード

教室・部室・体育館などにぶら下げてご利用ください。

学校・街・病院内などで突然人が倒れた場合、その第一発見者が児童・生徒・教職員・一般市民・医療関係者の誰であっても、第一「心停止の予防」、第二「迅速な通報」、第三「一次救命処置」、第四「二次救命処置と心拍再開後の集中治療」で、救命の手順は変わりません。

●第一の鎖 心停止の予防……

一旦、心停止に陥った人の救命率は高くはありません。そのため、心停止や呼吸停止を予防することが重要となります。



◇児童・生徒の予防

- ①交通事故や窒息、溺水等による不慮の事故を防ぐ
- ②スポーツ中の事故を防ぐ
(体調管理・観察、管理指導表に合わせた運動 等)
- ③初期症状の認知と通報の方法や救命処置の教育

◇乳児の予防

乳幼児突然死症候群の予防
・うつぶせに寝かさない ・過度に服を着せない ・暖めすぎない 等

●第二の鎖 迅速な通報……



1 傷病者発見

救助現場が危険でないことを確認
反応の有無を確認

2 反応なし

大声で叫び応援を呼ぶ
119番通報・AED依頼

3 呼吸をみる

気道確保
応援・救急隊を待つ
回復体位を考慮する

普段通りの呼吸あり

4 呼吸なし*

*死戦期呼吸(しゃくりあげるような不規則で時おり出現する異常な呼吸)は心停止として扱う

●第三の鎖 一次救命処置（迅速な心肺蘇生）……………

胸骨圧迫

気道確保

人工呼吸

の手順で！

※水での事故（溺水）は気道確保 と人工呼吸を優先してください。

●強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を！ ●すぐに AED を装着しよう！

1. 心肺蘇生

- ただちに胸骨圧迫を開始する
 - 強く（成人は少なくとも 5cm、小児は胸の厚さの約 1/3）
 - 速く（少なくとも 100 回 / 分）
 - 絶え間なく（中断を最少にする）
- 人工呼吸ができる場合は 30：2 で胸骨圧迫に人工呼吸を加える
人工呼吸ができないか、ためられる場合は胸骨圧迫のみを行う



2. AED 装着

3. 心電図解析

電気ショックは必要か？

必要あり

必要なし

4. ショック 1 回

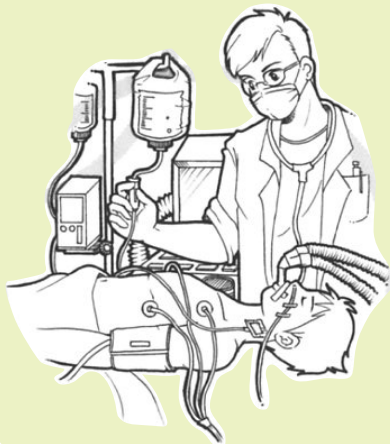
ショック後ただちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開^{*1}

5. ただちに胸骨圧迫から心肺蘇生を再開^{*1}

^{*1} 強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を！

救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に呼吸や目的のある仕草が認められるまで心肺蘇生を続ける

●第四の鎖 二次救命処置と心拍再開後の集中治療……………



医師が器具や医療薬品等を用いて行う二次救命処置へと連携を持って行う。これまでの鎖が有効に行われた後に、この第 4 の鎖の機能が発揮されるのです。

日本蘇生協議会（JRC）と日本救急医療財団で構成するガイドライン作成合同委員会が作成した救急蘇生のためのガイドライン 2010 を参考にしました。



NAASH

National Agency for the Advancement of Sports and Health
独立行政法人日本スポーツ振興センター

お問い合わせ先

学校安全部安全情報課

TEL 03-5410-9154

FAX 03-5410-9167