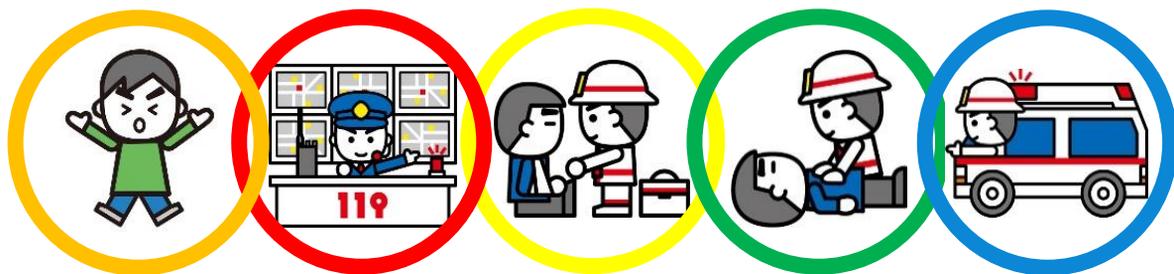


# 普通救命講習用テキスト



あなたの



が「命」を救います

JRC蘇生ガイドライン2020版



大阪市消防局

OSAKA MUNICIPAL FIRE DEPARTMENT

テキスト内の二次元コードから応急手当の動画をご覧いただけます。  
(通信に要する費用は自己負担となります)

# 本日の講習内容

## 1 応急手当の重要性

## 2 応急手当の手順

(心肺蘇生とAED・気道異物の除去)

## 3 ファーストエイド

(その他の応急手当)

# 応急手当とは？

## \*一次救命処置

- ・ A E Dを使用した心肺蘇生の手順
- ・ 気道異物除去

## \*ファーストエイド（その他の応急手当）

- ・ 止血するとき
- ・ やけど（熱傷）をしたとき
- ・ 熱中症になったとき
- ・ 回復体位
- ・ 子どものひきつけ（熱性けいれん）
- ・ 傷病者の移動方法

# 1 応急手当の重要性



心停止の予防

早期認識と通報

一次救命処置  
(心肺蘇生と AED)

二次救命処置と  
集中治療

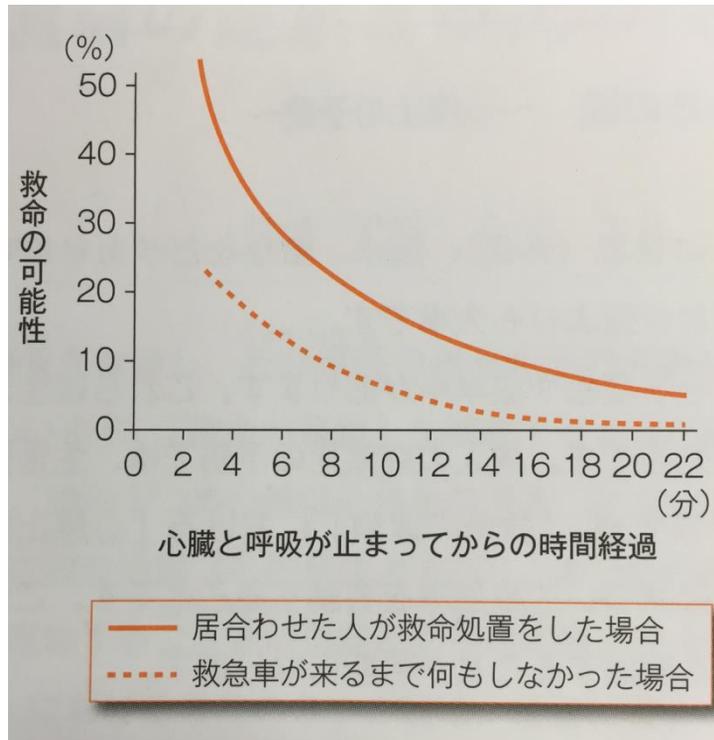
(救急蘇生法の指針 2020 (市民用) (榎へるす出版) より引用)

心停止の早期  
認識と通報

市民による早い  
応急手当

救急隊と医師による  
処置と蘇生後の治療

**救命の連鎖がつながる事が重要です！**

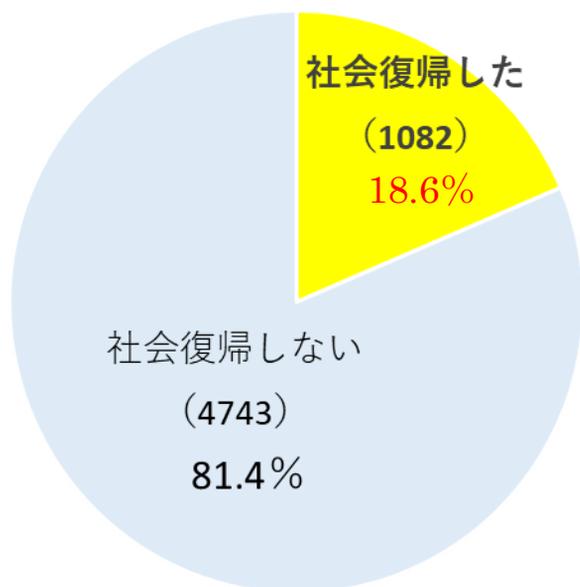


救急車が到着するまでに救命処置がなされた場合には、何もしなかった場合に比べて**約2倍**救命の可能性が高くなります！

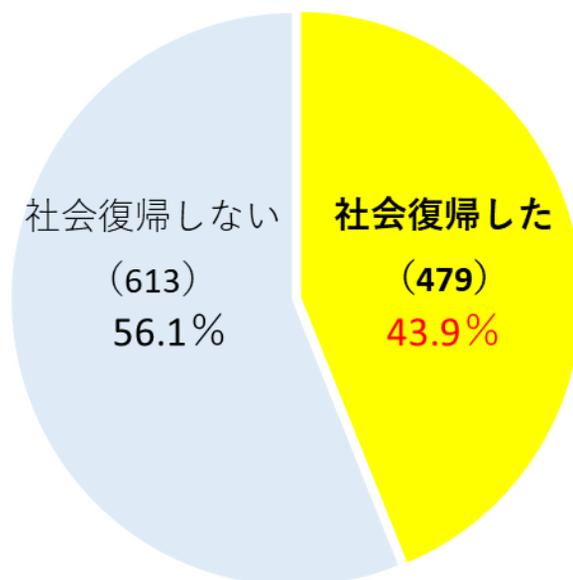
\* 参考文献 [Holmberg M ;Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest patients in Sweden. Resuscitation 2000;47(1):59-70.より引用・改変]

## 電気ショックを救急隊が行った場合と市民が行った場合の1か月後社会復帰率

救急隊が電気ショックを実施した場合  
(5825例)



市民が電気ショックを実施した場合  
(1092例)



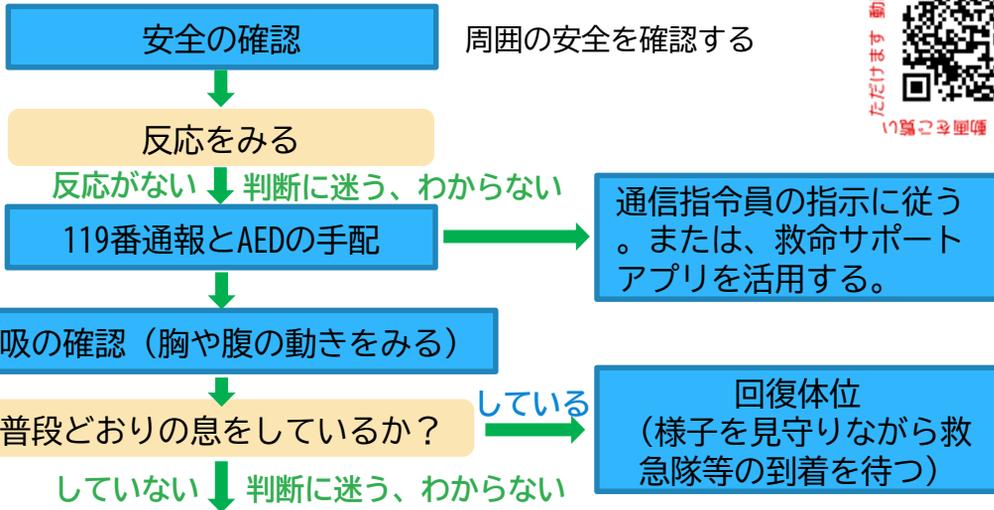
【総務省消防庁「救急・救助の現況」令和3年版より】

- \*心臓突然死は、心臓が細かく震える「心室細動」によって起きる事が多いとされています。
- \*心室細動には、電気ショックによる除細動が最も適切な治療法です。
- \*救急隊が電気ショックを行った場合と、救急隊が到着前に市民により電気ショックがなされた場合には、令和3年中では社会復帰率が**約2倍以上**上がっています。

\*参考文献「AHA心肺蘇生と救急血管治療のための国際ガイドライン2000日本語版」

## 2 応急手当の手順（心肺蘇生とAED）

### AEDを使用した心肺蘇生の手順

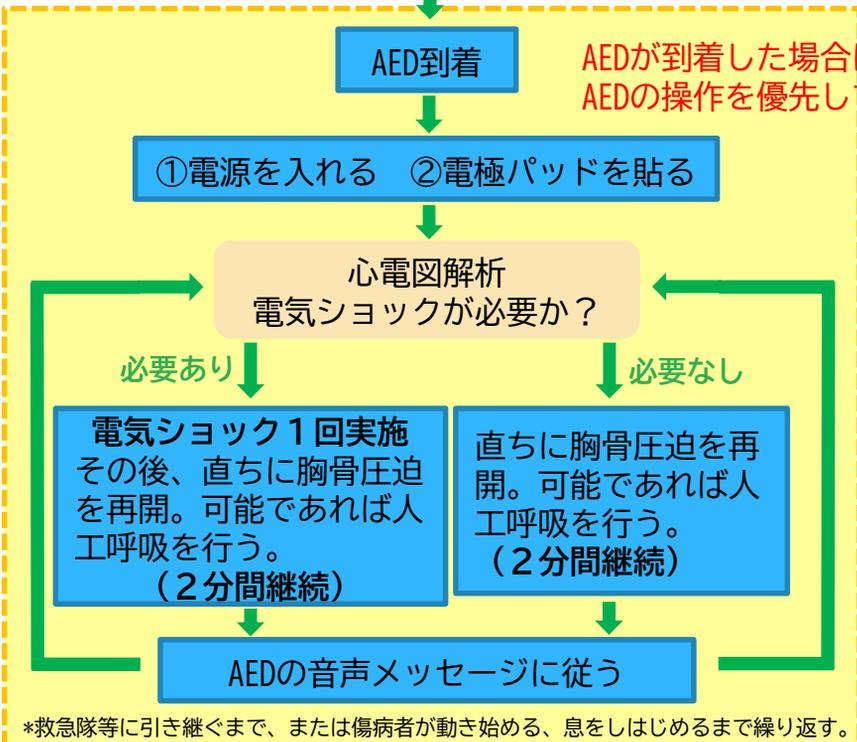


通信指令員の指示に従う。または、救命サポートアプリを活用する。

回復体位  
(様子を見守りながら救急隊等の到着を待つ)

ただちに胸骨圧迫を開始する。  
(AEDを装着するまで、救急隊に引き継ぐまで、または傷病者が動き始める、息をしはじめるまで続ける)

人工呼吸の技術と意思がある場合に30:2で胸骨圧迫と人工呼吸を行う。  
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



AEDが到着した場合は、AEDの操作を優先して行う

確認

行動

\*救急隊等に引き継ぐまで、または傷病者が動き始める、息をしはじめるまで繰り返す。

# 安全の確認・反応をみる



## \* 周囲の安全を確認する

救助者（自分）の安全を確保する

## \* 呼びかける

## \* 軽く肩をたたいてみる

目的のある仕草や返事がある  
→ 「反応あり」

反応がない場合

反応があるか判断に迷う場合

分からない場合

→ 「心停止の可能性」を考えて行動する



大丈夫ですか？

# 119 番通報と A E D の手配

\* 助けを呼び、人を集める

\* 集まった人に 119 番通報や A E D を持ってくるように具体的に依頼する

〇〇のあなた、AEDを  
お願いします！

〇〇のあなた、  
119番通報をお願いします！



## 119番通報とAEDの手配

- 119番通報時、通信指令員が電話を通じて心肺蘇生法などの指導をする場合がある。
- 電話のスピーカー機能などを活用し、両手を自由に使えるようにすれば指導を受けながら胸骨圧迫などを行うことができる。



# 呼吸の確認



\* 傷病者を仰向けにする

\* 傷病者の胸や腹部の動きを見る

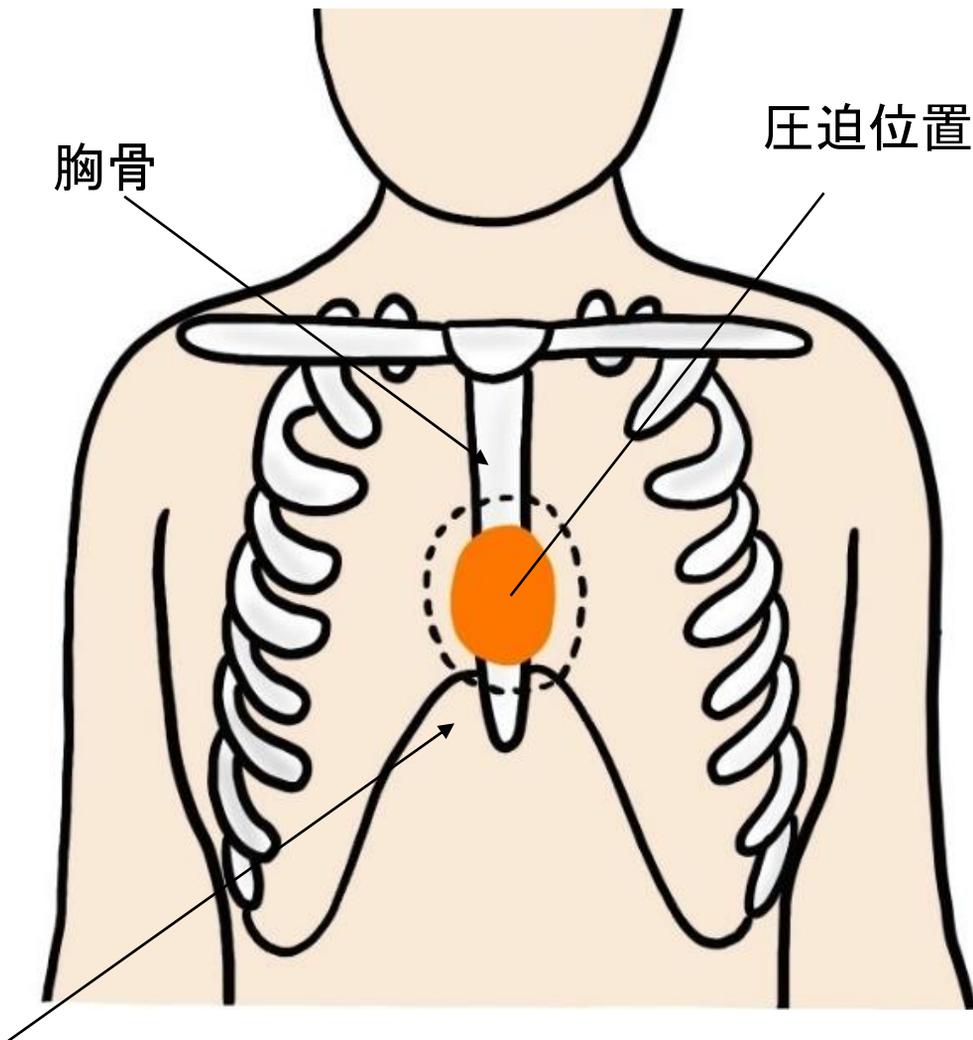
10秒以内で確認する。

普段どおりの呼吸をしていない場合  
普段どおりの呼吸か迷うまたは分からない場合  
→ 「心停止」と判断する



# 胸骨圧迫（圧迫位置）

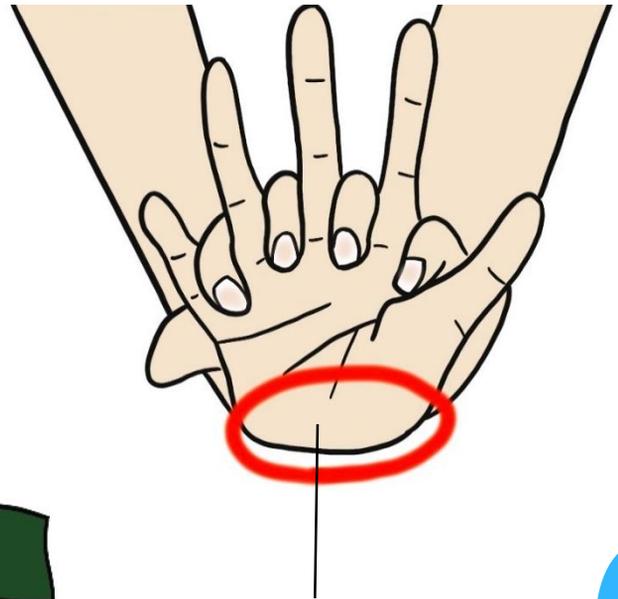
\* 成人・小児の場合



剣状突起

# 胸骨圧迫の方法

- \* 胸の真ん中を約5 cm圧迫する  
(小児・乳児は胸の厚さの約1 / 3)
- \* テンポは1分間に100~120回
- \* 強く・早く・絶え間なく圧迫する



圧迫する部分

# 気道の確保（頭部後屈あご先挙上法）



- \* 頭側の手を傷病者の額におく
- \* 足側の手の指先を傷病者のあご先にあてる
- \* あご先を持ち引き上げながら、頭を後ろにそらす

