



正しい「蘇生の手順」を知っていますか？

1	疾病者を発見	まわりの安全を確認して近づく
2	反応（意識の確認）	肩をたたきながら声をかける
3	119番通報 AEDの手配	119番(救急車の要請)・AEDの手配・人をたくさん集める
4	呼吸の確認 ▼ 胸骨圧迫開始の判断	“呼吸がない”または“正常でない呼吸”の場合は、心停止と判断したら（呼吸の確認…確実に胸が上がっていますか？） ▼ ただちに胸骨圧迫を開始（胸骨圧迫のみで可） （呼吸の判断に迷った場合も胸骨圧迫を開始）
5	胸骨圧迫	胸の真中の平らな所(胸骨)の下半分を、強く！速く！絶え間なく！ ●強く 成人は約5cm ●速く 100回～120回/分のテンポで ●絶え間なく 中断を最小にする周りの人と協力し、胸骨圧迫を繰り返す。 （人工呼吸を行う場合は胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す。）
6	電気ショック (AEDの使用)	AEDが到着したら、ただちに電源を入れてAEDの指示に従う。
7	胸骨圧迫	電気ショックの後はただちに胸骨圧迫を再開する。 （電気ショックを行わなかった場合も呼吸と反応がなければ胸骨圧迫を再開する。） その後2分毎にAEDが電気ショックが必要かを調べるので、指示に従う。
8	（繰り返す）	とにかく胸骨圧迫の中断を最小限に、蘇生するまで繰り返す

目的と注意

- 卒倒直後は心室細動であることが多いですが、心室細動の唯一の治療はAED（電気ショック）です。
- AEDの役割は心室細動を止めることであり、心臓を動かす器械ではありません。
- 電気ショック後の心臓は、直ちに動き出すわけではありません。
- 心臓や脳に血液を送るためには、AEDだけではなく胸骨圧迫が必要です



次に2つのPUSHの方法を学びましょう

手を使ったPUSH：胸骨圧迫（心臓マッサージ）



資料提供：NPO法人大阪ライフサポート協会

AED

AEDを使ったPUSH：AEDの使い方



資料提供：NPO法人大阪ライフサポート協会