

応急手当講習テキスト

(成人用)

ガイドライン 2020ver.
〈 感染症対応 〉



救命の連鎖

名張市消防本部 名張消防署

1. もしも目の前で人が倒れたら？

119番通報とその場に居合わせた人が行う応急手当が命を救います。

私たちは、いつ、どこで突然のけがや病気に襲われるか予想ができません。

このような時、病院に行くまでに家庭や職場でできる手当のことを『**応急手当**』といいます。

意識が無くなって、呼吸や心臓が止まるような重篤な場合は、救急車が来るまでの空白の時間に何らかの手当をしないと命は助かりません。

「あの時何か自分にできたら・・・」と後悔する事がないように、しっかりと応急手当をすることが望まれます。

それらの中でも緊急性を要する手当を救命処置といい、3つの要素から成り立っています。

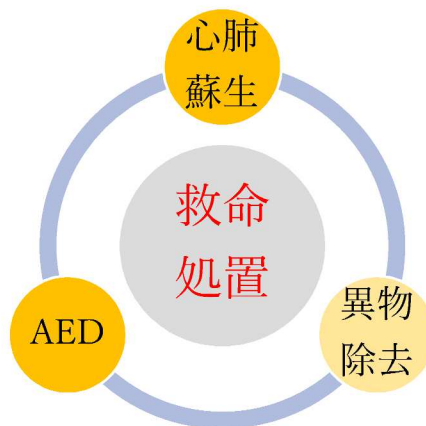


図1 救命処置の構成

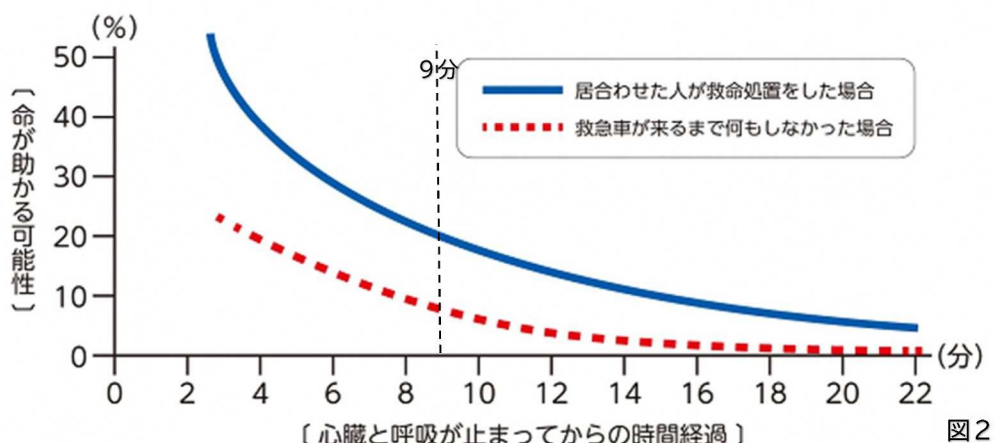
2. 応急手当の必要性

突然の事故や病気などで救急車をよぶような現場に遭遇した場合

救急隊員や医師が来る前になぜ応急手当を行う必要があるのでしょうか。

救急車が現場に到着するまでの平均時間は、全国平均で約9分となり、救急車到着までの空白時間が、倒れた人のその後の人生を大きく変える事になります。

下の図2の点線は救急車が来るまで何も救命処置をしなかった場合で、実線は居合わせた人が救命処置を行った場合の時間経過と助かる可能性を示したグラフです。実線は点線に比べ、その可能性が約2倍になっていることがわかります。



3. 救命の連鎖

心停止の人を救命し、社会復帰させるための一連の行動

救命の連鎖は、「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）」、「二次救命処置と心拍再開後の集中治療」からなり、これらが素早くつながることで救命効果が高まります。

「住民」から「救急隊」、「救急隊」から「医師」へのバトンを途切れさせないために勇気をもって行動に移すことが重要です。



4. AEDの重要性

心臓がブルブルと震え、全身に血液を送り出せなくなった心停止状態を「心室細動」といいます。この状態のときには、AEDを使って電気ショックを与え、心臓の震えを取り除くことが重要です。AEDは自動的に心電図を解析して電気ショックが必要かどうか判断をし、必要な対応を指示してくれますので、一般の人でも簡単で確実に操作することができます。

心臓が止まると、社会復帰できる可能性が時間とともに減っていきます。

図4からわかるように、その場に言われた人が、適切に救命処置を行うことが大切です。

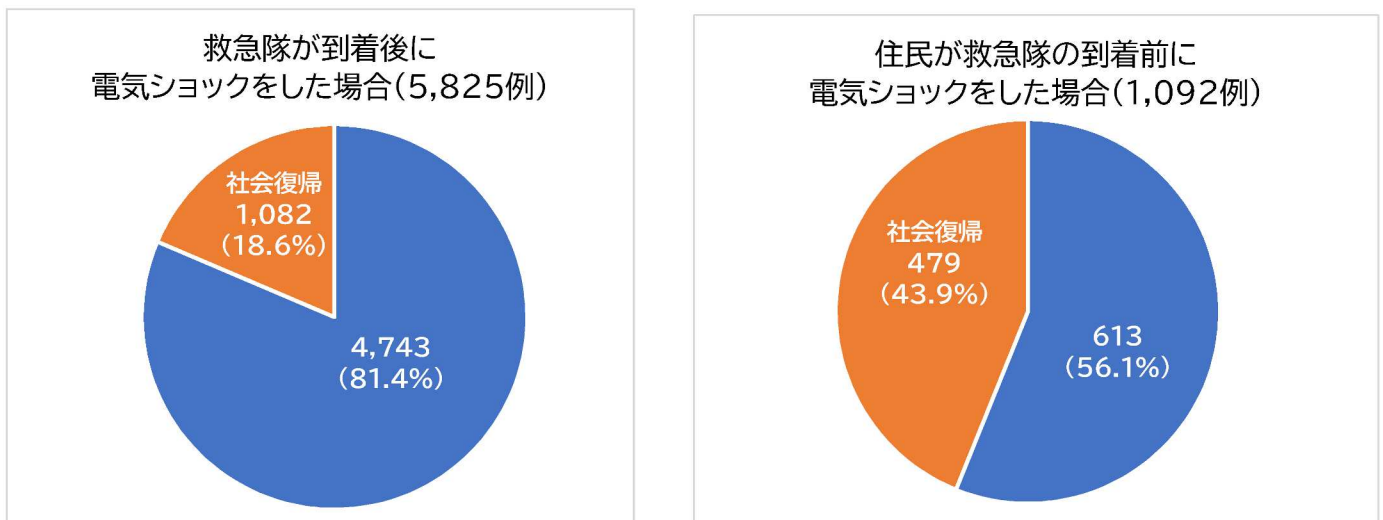


図4 電気ショックを救急隊が行った場合と、住民が行った場合の1か月後の社会復帰率（令和3年版救急・救助の現状）より

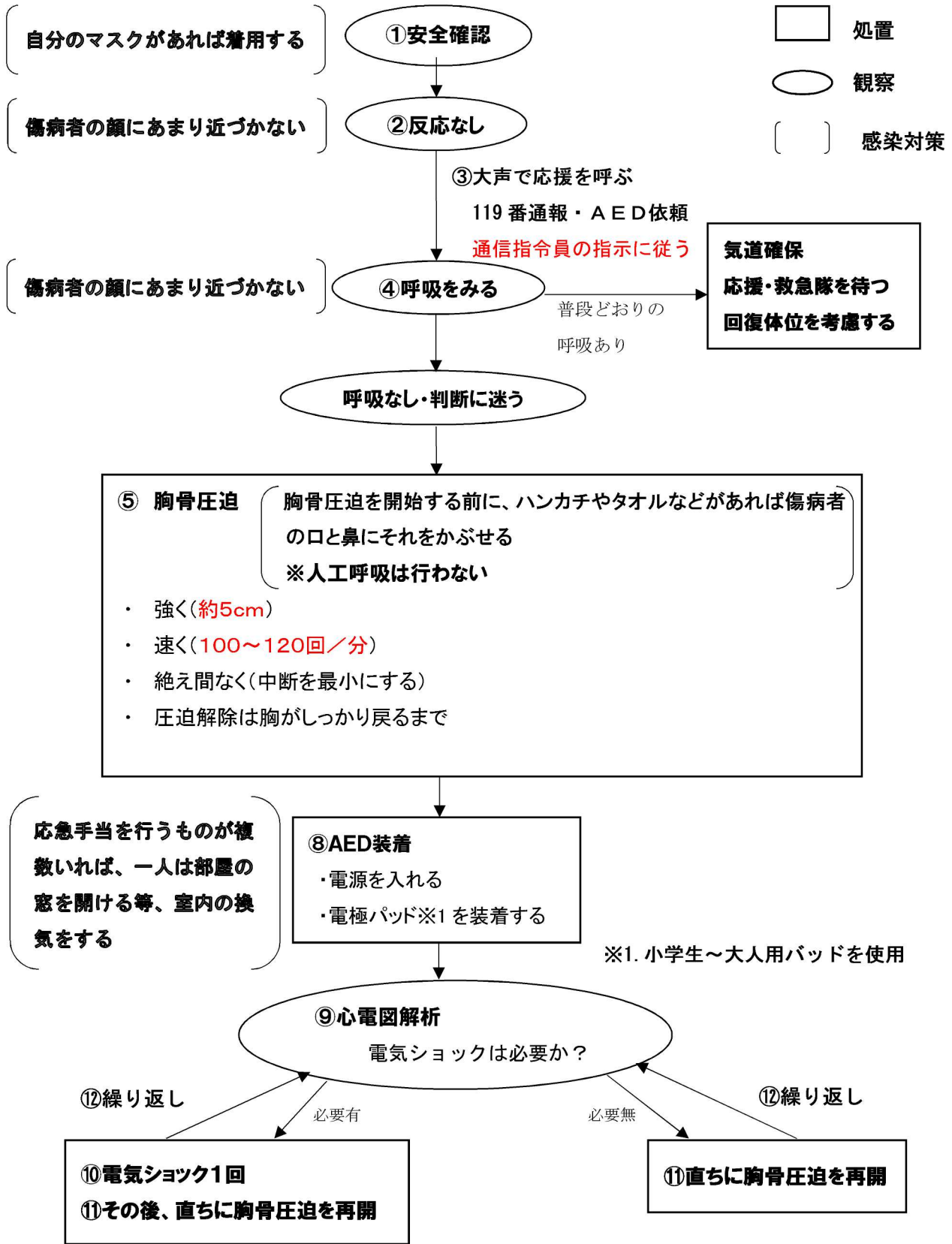
いざというときに、直ちにAEDを使うためには、AEDがどこにあるのか、あらかじめ知っておくことが大切です。

名張市では、事業所や施設に設置してあるAEDをマップにして公開していますので、QRコードを読み取り、ご確認ください。



名張市AEDマップ

救命処置の流れ(心肺蘇生とAEDの使用)



救急隊に引き継ぐまで、または傷病者が目的のある仕草をしたり、普段どおりの呼吸が出現するまで心肺蘇生を続ける。

- ・救急隊に傷病者を引き継いだあとは、速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う
- ・傷病者の口と鼻にかぶせたハンカチやタオルなどは直接触れないようにして廃棄する
- ・うがいをする

※感染対策

すべての心停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応する。
自分のマスクがあれば着用する。

心肺蘇生法の手順

1. 反応の確認



わかりますか？

- 倒れている人の肩を軽く叩きながら呼びかけ、反応を確認する。

※感染対策

傷病者の顔にあまり近づかないように注意する

2. 通報とAED



119番に通報し、
AEDを持って来て！

- 反応がない場合、大声で応援を呼ぶ。
- 119番に通報、AEDを手配する。
(誰もいない場合は、自分で行う)

3. 呼吸をみる



- 胸とお腹の動きを見る。
- 呼吸がないか、普段どおりでない場合や、判断に迷う場合は呼吸が止まっていると判断する。

※感染対策

傷病者の顔にあまり近づかないように注意する

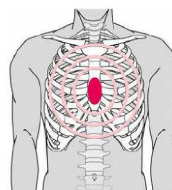
4. 胸骨圧迫



※感染対策

胸骨圧迫を開始する前にハンカチや
タオルなどを口と鼻にかぶせる
※人工呼吸は行わない

- 胸骨の下半分を圧迫（胸の真ん中）
- 深さは、約5cm
- 速さは、毎分100～120回のテンポで行う。



※感染対策

応急手当を行うものが複数いれば、一人は部屋の窓を開ける等、室内の換気をする

AEDが到着したら



1. 電源を入れる



- AEDの電源を入れる。
- 音声ガイダンスとランプに従い操作する。

2. AEDのパッドを貼る



- 電極パッドは、右前胸部と左側腹部に貼り付ける。(肌にしっかり密着させる)

3. 傷病者から離れ、心電図解析



- AEDのパッドを貼り付けると、自動的に心電図の解析が始まります。この時、「離れて！」と注意を促し、誰も傷病者に触れていないことを確認する。

4. 必要なら通電ボタンを押す



- 通電ボタンを押す際は、必ず自分が傷病者から離れ、さらに誰も傷病者に触れていないことを確認する。

AEDを使用する場合でも、AEDによる心電図の解析や電気ショックなど、やむを得ない場合を除いて、心肺蘇生法の手順を、できるだけ絶え間なく続けることが大切です。

※感染対策

- ・ 救急隊に傷病者を引き継いだあとは、速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う
- ・ 傷病者の口と鼻にかぶせたハンカチやタオルなどは、直接触れないようにして廃棄する
- ・ うがいをする