

## 【心肺蘇生の手順】



- ①人が倒れているのを発見したら、写真のように肩をたたきながら**耳元で大きな声**で呼びかけます。



- ②周囲の人に助けを求め、**119番通報とAED**を持ってきてもらうようお願いします。



- ③呼吸の確認をします。  
呼吸をしていない、もしくは明らかに**普通の呼吸ではない**場合は、ただちに胸骨圧迫を行います。  
**判断に迷ったら呼吸無しと胸骨圧迫を！**



- ④胸骨圧迫（心臓マッサージ）を行います。  
**胸の真ん中を「強く・はやく・絶え間なく」**救急車がくるまで押し続けます。  
(押す→戻す→押す→戻す→押す・・・繰り返す)



※胸骨圧迫30回したあと人工呼吸2回を繰り返してください。  
(口と口を直接接触させての人工呼吸がためられる場合や、口のまわりに**血液や嘔吐物がある**場合は人工呼吸を省いて胸骨圧迫のみでも効果が期待できます。)  
人工呼吸をする場合は、感染防護具を使用することを推奨します。

## 【AEDの取扱方法】

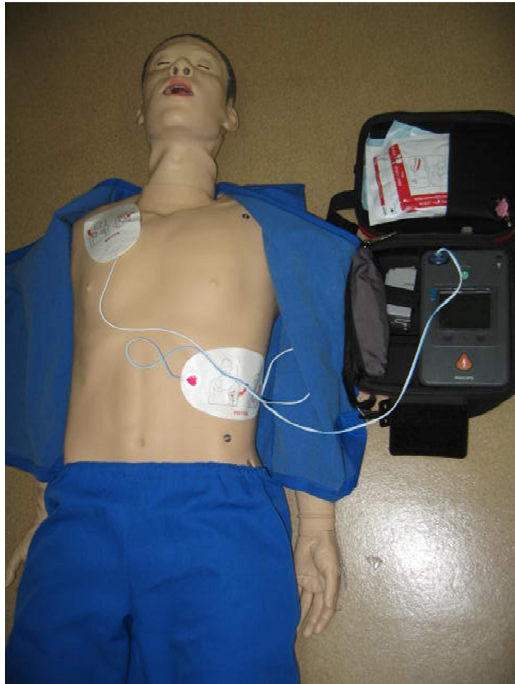
### ①電源を入れます。

※電源を入れたら、随時音声でメッセージをしてくれます。

それに**従って**使用してください。

### ②パッドを貼ります。(貼る位置はパッドにイラストが描かれています。)

※パッドを貼っている間も、胸骨圧迫は中断せず押し続けてください。



### ③パッドを貼ると「解析中です。体に触れないでください。」とアナウンスがあります。その間は、体には絶対に触らないでください。(写真参照↓)



### ④「ショックが必要です。充電中です。体に触れないでください。」のアナウンスがあったら、体には触らないでください。



- ⑤「充電が完了しました。点滅しているボタンを押してください。」とアナウンスがあったら、**体に誰も触れていないことを確認し**、点滅ボタンを押して電気ショックを与えてください。  
ショックが完了したら、**ただちに胸骨圧迫を再開**してください。



誰も患者に触れていないことを確認してから  
ショックボタンを押す

※「ショックは不要です。ただちに胸骨圧迫をしてください。」のアナウンスがあったら、**胸骨圧迫を再開**し救急隊が来るまで続けてください。

## ◎救急隊が到着したら・・・

関係者の方は、救急隊に発見した時の状況などを教えてください。

※具体的には、発見した時間やその時の状況、かかりつけの病院、飲んでいる薬（もしくはお薬手帳の提示）、治療中の病気など。



倒れている人を助けることができるのは、その場に居合わせた**あなただけ**です。

**勇気を持って、119番通報と心肺蘇生を！**

ご協力をお願いいたします。