

救急車の到着時間は、全国平均8.1分。あなたの心肺蘇生で救える命があります。

①安全確認



②反応を確認



何らかの反応がなければ「反応なし」

③助けを呼ぶ



④呼吸の確認



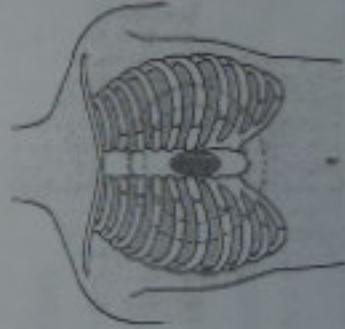
10秒以内で胸と腹の動きを見る
鼻口とおりの呼吸がなければ「呼吸なし」

⑤胸骨圧迫



胸の真ん中を圧迫する

- ☆強く：少なくとも5cm
 - ☆速く：少なくとも100回/分
 - ☆絶え間なく：中断時間は最小限
- 救急隊に引き継ぐか、目的のある動きが出てくるまで続ける



AED使用の流れ

質の高い心肺蘇生法に加え、AEDを適切に使用することで、救命率が2倍になります。

⑥電源を入れる



備前者の蓋が閉まり、電源ボタンが赤を開ける

⑦パッドを貼る



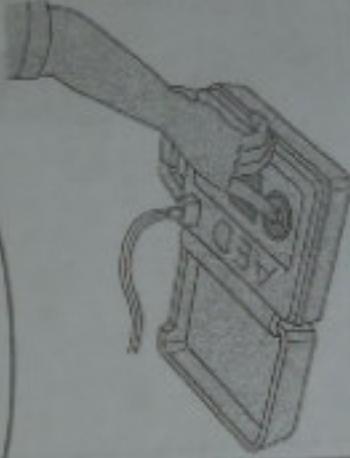
右胸の鎖骨の下と左胸の5〜8cm下

⑧心電図解析



誰も触っていないことを声と目で確認する

⑨電気ショック



両手周りの安全を確認後ショックボタンを押す

⑩胸骨圧迫



胸の真ん中を圧迫する

☆強く：少なくとも5cm

☆速く：少なくとも100回/分

☆絶え間なく：中断時間は最小限

救急隊に引き継ぐか、目的のある動きが出てくるまで続ける

2分毎に再度自動解析を行う

