

# 大切な人の命を救うために

## 救命の連鎖と居合わせた方の力

人の命を救い、社会復帰につなげるために必要な一連の行動を**救命の連鎖**といいます。救命の連鎖を構成する4つの輪がすばやくつながると救命効果が高まります。

心臓と呼吸が止まってしまっからの救命の可能性は時間とともに低下します。救急隊の到着までの短時間であっても、**居合わせた方による心肺蘇生法**で救命の可能性は**約2倍**も高くなり、AEDによる電気ショックまで行くと更に救命率は高くなります。



## 勇気を持ってできることを！



急な病気やけがをした人を助けるための最初の行動を**ファーストエイド**と言います。ファーストエイドの目的は、**人の命を守り、苦痛を和らげ、悪化を防ぎ、回復を促すこと**です。保温や楽な姿勢を取らせる方法、出血やアナフィラキシー、熱中症に対する応急処置なども含まれます。応急処置の方法がわからない、判断に迷ったときでも119番通報の際に通信指令課員から口頭指導(助言)を受けられます。

善意に基づいて行った救命処置については、<sup>\*</sup>民事上、刑事上の責任を問われることはないと考えられています。**居合わせた方の勇気ある行動で重症化を防ぎ、大切な命を救うこともできます。**

救命処置を行ったことでのストレスによる不安感や気分の落ち込みなどが生じた場合は一人で悩まずに、身近な方や専門家に相談してください。もちろん消防にご相談いただいても構いません。

※ 民法第698条の「緊急事務管理」、刑法第37条の「緊急避難」の規定の解釈より



# 救命処置の流れ(心肺蘇生法とAEDの使用)

安全確認をしてから  
**反応の確認**

「反応なし」  
or  
「判断に迷う」

**応援を呼ぶ  
119番とAED**

顔に近づきすぎないように注意する

**呼吸の確認**

「普段どおりの呼吸なし」  
or  
「判断に迷う」

**胸骨圧迫(30回)と  
人工呼吸(2回)を繰り返す**  
※ためらいがある場合、人工呼吸は  
省略可能(胸骨圧迫のみ繰り返す)

AEDのパッドをつけたまま  
救急隊到着まで救命処置を継続

**AEDの操作  
(電源を入れてメッセージに従う)**

救命処置後は速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う

マスクを装着して接触する



スピーカーモードにすると...



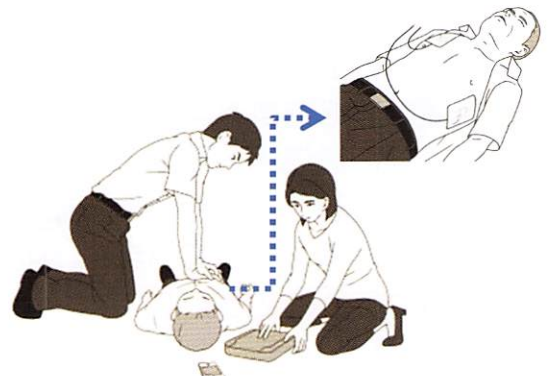
処置をしながら口頭指導を受けられます

「普段どおりの呼吸あり」

様子をみながら  
救急隊を待つ



このQRコードから「死戦期呼吸」の動画を見ることができます

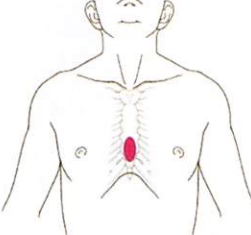





※ 緑色の部分は新型コロナウイルス感染症流行期の対応です。

※ 本リーフレット中の図は、「救急蘇生法の指針2020(市民用)」より引用しています。



# 心肺蘇生法・手技の詳細

手技	年齢別	成人 (15歳超が目安)	小児 (1歳から中学生まで)	乳児 (1歳未満)	
胸骨圧迫	位置	胸の真ん中 ( 胸骨の下半分 ) 		両乳頭を結ぶ線の少し足側 	
	方法	両手を重ねて 垂直に体重が加わるように 肘を伸ばし 手の付け根部分で圧迫	成人と同様 (体格により両手では 強すぎる場合は片手)	手の指2本で圧迫 	
	深さ	胸が約5cm沈むまで しっかりと圧迫	胸の厚さの約1/3沈み込む程度に圧迫		
	テンポ	1分間に100~120回の速さで			
			マスクをしていればそのまま装着させる		傷病者の鼻と口をハンカチ等で覆う
人工呼吸	気道確保	片手で額を押さえ一方の手であごの先端を押し上げる(頭部後屈あご先挙上法)			
	方法	口で傷病者の口を覆って息を吹き込む 成人には実施しない 	口で口と鼻を 一緒に覆い吹き込む 		
	量	約1秒間 胸が上がる程度の息を吹き込む			
		感染防護具の使用を推奨する		乳児・小児には技術と意思があれば実施してもよい	
AED	電源を入れ音声メッセージに従い、小学生~大人用パッドを素肌に貼りショックボタンを押す		小学校に上がる前の子どもには未就学児用パッド(モード)を使用		

## オートショックAED



このマークのAEDをみたら...

電源を入れ音声メッセージに従い、  
パッドを素肌に貼り、  
カウントダウンまたはブザーの後、  
AEDが自動的に電気ショックを行う



日本AED財団  
AED N@VI

前橋市が設置している市内のAED一覧はこちらで確認できます。

前橋市ホームページ>もしものときは>休日・夜間救急・救命医療>AED設置施設一覧

# 異物除去法と止血法

のどにものが詰まったと疑われる場面に居合わせた時は、まず、強く咳をするように促してください。声も出せず咳もすることができない場合には119番通報と併せて異物除去法を行います。

- まずは背部叩打法を試みて、効果がなければ腹部突き上げ法を行います。
- 妊娠している女性や高度な肥満者には背部叩打法のみを行います。
- 乳児では腹部突き上げ法は行いません。
- 腹部(胸部)突き上げ法を行った場合は、その旨を救急隊に伝えるか、すみやかに医師の診察を受けさせることが必要です。

## 異物除去法



背部叩打法(成人)

腹部突き上げ法(成人)



背部叩打法(乳児)



胸部突き上げ法(乳児)

けがなどで出血が多い場合は命の危険があり、できるだけ早い止血が望めます。

そういった場合は、出血部位を見つけ、そこにガーゼ、タオルなどを当ててその上から圧迫して止血を試みます(直接圧迫止血法)。

止血をする際は、感染予防のためビニール手袋を着用するか、ビニール袋を使用して直接出血部位に触れないようにしましょう。

## 直接圧迫止血法



- インターネットからでも検索できます

群馬県統合型医療情報システム

検索

## お知らせ



### 前橋市消防局テレホンサービス

受診可能な病院を知りたい時

病院案内 027 - 221 - 0099

前橋市消防局救急課  
Instagram

随時更新中



MFDKYUKYU

フォロー！いいね  
お願いします！

公式アカウント



救急車の適正利用にご協力をお願いします