

新型コロナウイルス感染症を踏まえた心肺蘇生法の手順（要約版）

1 安全の確認

倒れている人に近づく前にまず周囲の状況が安全かどうか確認します。



2 反応の確認

肩を軽くたたきながら大声で呼びかけ反応があるかないかをみます。

【新型コロナウイルス感染症を踏まえたポイント】

傷病者の顔と救助者の顔があまり近づきすぎないようにして下さい。



3 救急車の要請・AEDの手配

反応がなければ、大きな声で「誰か来て！人が倒れています！」と助けを求め、協力者が来たら、「あなたは119番通報し救急車を要請して下さい」近くにAEDがあれば「あなたはAEDを持ってきてください」と指示します。



4 呼吸の確認

目で胸と腹部の上下の動きを見て、10秒以内で調べ、動いていない場合や、普段通りでない動きの場合は、「呼吸なし」と判断します。

約10秒確認して呼吸の状態がよくわからない場合も、「呼吸なし」と判断します。

【ポイント】

「普段どおりの呼吸」をしていなければ、「呼吸なし」と判断して下さい（しゃくりあげるような不規則な呼吸の場合は、正常な呼吸ではないと判断します）。

【新型コロナウイルス感染症を踏まえたポイント】

傷病者の顔と救助者の顔があまり近づきすぎないようにして下さい。



5 胸骨圧迫の実施

普段どおりの呼吸がなければただちに胸骨圧迫を行います。

胸骨圧迫の位置は、胸の左右の真ん中の「胸骨」と呼ばれる縦長の骨の下半分で胸の真ん中を目安にします。

両肘をまっすぐに伸ばして手の付け根の部分に体重をかけ、胸が約 5cm 沈み込むように 1 分間に 100~120 回のテンポで圧迫します。

実施に当たっては胸をはだけて圧迫位置を確認する必要はありません。

【ポイント】

小児の場合：片方の手で胸の厚さの約 1/3 沈み込む程度に圧迫します。

乳児の場合：2 本指で胸の厚さの約 1/3 沈み込む程度に圧迫します。



【新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえたポイント】

エアロゾルの飛散を防ぐため、胸骨圧迫を開始する前に、ハンカチやタオルなどがあれば傷病者の鼻と口にそれをかぶせます（顔全体にかぶせないようにしてください）。

そのうえで成人の場合は人工呼吸を行わず胸骨圧迫だけを行ってください。

小児に対しては、講習を受けて人工呼吸の技術を身につけていて、人工呼吸を行う意思がある場合には、胸骨圧迫に人工呼吸を組み合わせます。ためらいがある場合には、胸骨圧迫だけを行ってください。



6 電極パッドの装着

AED が到着したら、まず電源を投入し、衣服を取り除いた後、電極パッドを傷病者の素肌にしっかりと装着してください。

※ 胸の濡れ、貼り薬の除去ペースメーカーの有無等に注意してください。



7 心電図の解析

電極パッドを貼り付けると「傷病者から離れるように」との音声メッセージが流れ、自動的に心電図の解析が始まります。傷病者から離れるようにとの音声メッセージが出たら、「みんな、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してください。



8 ショックの実施

解析の結果、電気ショックが必要と判断されると充電が始まります。充電が完了すればショックボタンを押すよう指示が出ます。

誰も傷病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してください。

ショック実施後、反応がなければただちに心肺蘇生法を再開してください。



9 胸骨圧迫とAEDの手順の繰り返し

救急隊が到着し傷病者を引き継ぐか傷病者に普段どおりの呼吸が戻って反応が見られるか、目的のあるしぐさが認められるまで、胸骨圧迫とAEDの手順を繰り返します。



【新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえたポイント】

救急隊の到着後に、倒れている人を救急隊員に引き継いだあとは、速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗ってください。また、出来れば倒れている人の鼻と口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して下さい。