



みなみそうや 南谷消防組合中頓別支署
なかとんべつ
炭谷 貴博

連載
第1回

心肺蘇生の流れ

みなさんこんにちは。北海道でもさらに北の街で救急救命士をやっています、炭谷（すみや）貴博です。

さっそくですが、今月は心肺蘇生の流れを解説していきます。

①心肺蘇生のアルゴリズム

現在の心肺蘇生のアルゴリズム（手順）を示します（図1）。

図1

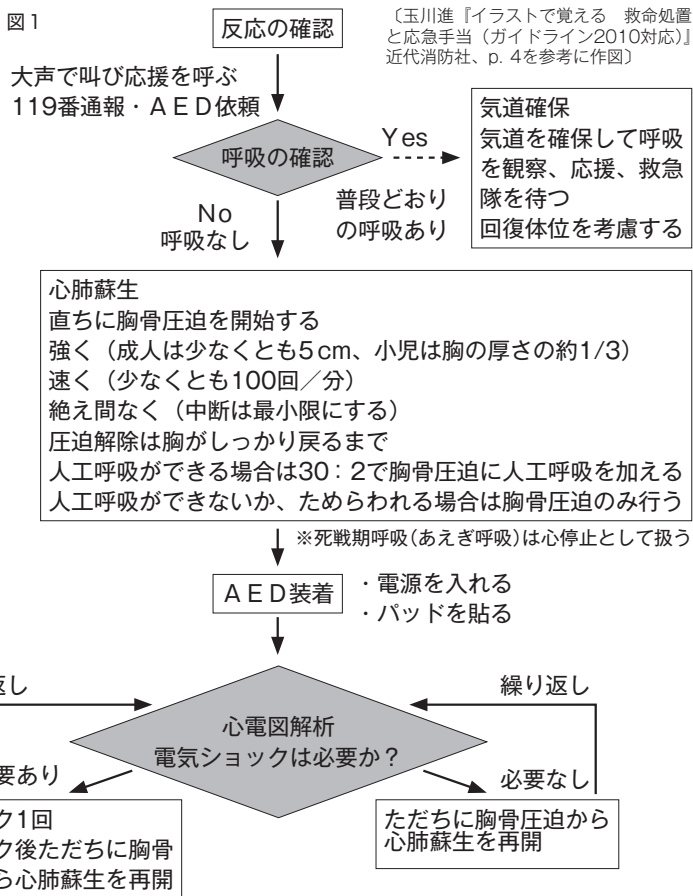


写真1



写真2

②アルゴリズム解説

（1）倒れている人を発見

人が倒れている場所が安全とは限りません。周りの安全を確認してから、倒れた人のところへ近づきましょう。

（2）反応（意識）を確認します（写真1）

耳元で大きな声で「大丈夫ですか」と呼びかけ、肩を軽く叩き、反応があるかを確認します。目を開ける・返事をするなどの行動がなければ「反応なし」と判断します。

（3）助けを呼びます（写真2）

大きな声で人を呼びます。人が集まってきたら、119番通報とAEDを持って来るようにお願いします。「あなたは119番通報を」



写真3



写真4



写真5

「あなたはAEDを」と、役割分担を明確に指示してあげることがポイントとなります。

(4)呼吸を確認します(写真3)

倒れている人が普段どおりの呼吸をしているか、胸の動きをだいたい10秒くらい見て確認します。

(5)胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行います(写真4)

倒れている人が普段どおりの呼吸をしていない場合、心肺停止と判断して、すぐに胸骨圧迫を開始します。圧迫は倒れている人の胸の真ん中・5cm以上の深さ・1分間に少なくとも100回のリズムで・絶え間なく、胸を押した後はしっかり戻るまで圧迫を解除し、連続30回の圧迫を行います。

(6)人工呼吸(口対口人工呼吸)を行います(写真5)

胸骨圧迫を30回行った後、人工呼吸に移ります。まず、倒れている人の首を後ろに反らせて気道を確保します。この状態を保ちながら倒れている人の鼻をつまみ、口対口人工呼吸を行って胸が上がるのを確認します。この一連の流れを2回行います。口対口人工呼吸がためらわれる場合は省略し、胸骨圧迫のみを行います。

(7)心肺蘇生(胸骨圧迫と人工呼吸)を続けます

「胸骨圧迫を30回、人工呼吸を2回」の組み合わせで、救急隊が来るか、倒れた人が目を開けたり普段どおりの呼吸に戻るまで行います。

(8)AEDの使用(写真6)

AEDが届いたら、倒れている人の近くに置いて電源を入れます。

(9)電極パッドを貼ります(写真7)

AEDと一緒に入っている電極パッドを倒れている人に貼ります。貼る場所はパッドに書いてあります。

(10)心電図の解析が始まります(写真8)

電極パッドを貼り終わると、AEDが心電図を解析して電気ショックが必要かどうかを判断しますので、倒れている人から離れてください。

(11)電気ショックを行います(写真9)

AEDが心電図を解析し、電気ショックが必要と判断すると「ショックが必要です」とガイダンスが流れます。倒れている人から周囲の人が離れているか確認して、電気ショックのボタンを押します。

(12)心肺蘇生を再開します

電気ショックを行った後、心肺蘇生を再開します。このとき、AEDの電源は入れたままで、電極パッドも貼ったままにしておきます。



写真6



写真7



写真8



写真9

今回は心臓マッサージのポイントについて解説します。