

一次救命処置(BLS)の手順



もし！ まずは周囲の安全を確認する

1 反応の確認
肩を叩いて大声で呼びかける



2 通報
周りの人に119通報とAEDの手配を頼む



3 呼吸の確認
10秒以内で胸とお腹の動きを見る

普段どおりの呼吸でなければ

普段どおりの呼吸があれば

回復体位にする



テンポは少なくとも1分間に100回

少なくとも5cm押す

4-1 胸骨圧迫
きょうこつ あっばく
胸の真ん中を「強く」「速く」「絶え間なく」押す



子どもは胸の厚みの1/3
片手でも両手でもOK

4-2 「可能なら」人工呼吸

組み合わせる場合は
30:2



片手で額をおさえ、あごの先端を持ち上げる

口を覆い、鼻をつまむ
約1秒かけ、胸の上がりが見えるまで、2回吹き込む

疲れる前にまわりの人に交代してもらおう

救急隊に引き継ぐまで休まず続けよう



AEDが到着したら...

5 電源ボタンを入れる
(ボタンを押す、又はフタを開ける)



6 イラストの通りパッドを貼る



離れて!

解析中です
離れてください



7 AEDのメッセージに従う

ショックが必要な場合、AEDの指示に従いボタンを押す

ショックが必要です。充電中です。離れてください。

ショックボタンを押して下さい。

ショックは不要です。



ショックが不要の場合、ボタンを押さずに次に進む

AEDがリズムを自動的に解析します