

# 急にだれかが倒れたときは ～君が命の第1走者～

## ① 反応の確認



反応がなければ

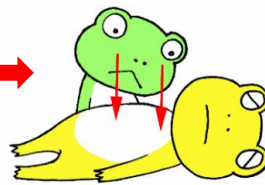
## ② 助けを呼ぶ

A119番通報してきて!



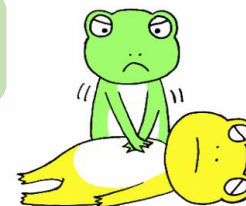
## ③ 呼吸の確認

普段通りの呼吸がなかったりわからなければ



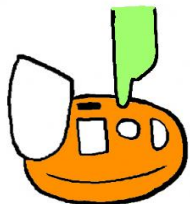
10秒以内で、胸やお腹に動きがあるか見ます。

## ④ 胸骨圧迫

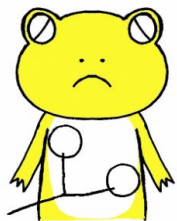


- 胸の真ん中を30回
- 約5cm沈むくらい強く
- 100~120回/分のテンポ

## ⑦ AED電源ON, 電極パッド装着



AEDが到着したら電源を入れます。



右胸と左わき腹にしっかり貼ります。

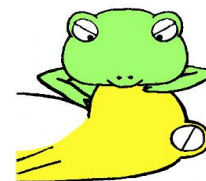
AED到着

## ⑥ 胸骨圧迫+人工呼吸



AED到着まで胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を絶え間なく続けます。

## ⑤ 人工呼吸



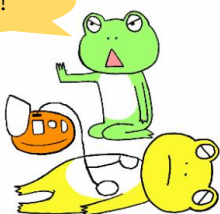
2回吹き込みます。(胸が上がる程度)

ためらう場合は省略可能です。

救急隊に引き継ぐか、傷病者が目を開けたり、普段通りの呼吸が出現するまで、心肺蘇生法を続けます。

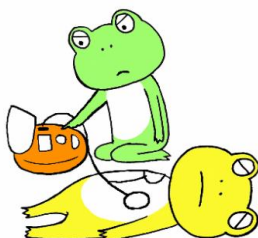
## ⑧ 周囲の確認 (心電図の解析)

離れて下さい!



誰も触れていないことを確認したら

## ⑨ 電気ショック



ショックボタンを押します。

## ⑩ 胸骨圧迫+人工呼吸の繰り返し



電気ショック後はAEDの指示に従い、ただちに心肺蘇生法を繰り返します。