



# 救急講習



## 一次救命処置 心肺蘇生法・AED 救命の連鎖



反応なし

大声で叫び応援を呼ぶ  
119番通報・AED依頼



呼吸をみる

普段どおりの呼吸あり

気道確保  
応援・救急隊を待つ  
回復体位を考慮する



※死戦期呼吸は心停止として扱う

呼吸なし\*



**CPR (胸骨圧迫・人工呼吸)**

- ・ただちに胸骨圧迫を開始する
- 強く (成人は少なくとも5cm、小児は胸の厚さの約1/3)
- 速く (少なくとも100回/分)
- 絶え間なく (中断を最小にする)
- ・人工呼吸ができる場合は30:2で胸骨圧迫に人工呼吸を加える
- 人工呼吸ができないか、ためられる場合は胸骨圧迫のみを行う



AED (自動体外式除細動器) 装着



AED 解析  
電気ショックは必要か?

必要あり

必要なし

ショック1回  
ショック後ただちに  
胸骨圧迫からCPRを再開\*\*

ただちに胸骨圧迫から  
CPRを再開\*\*

\*\*強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を!

救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に呼吸や目的のある  
仕草が認められるまでCPRを続ける



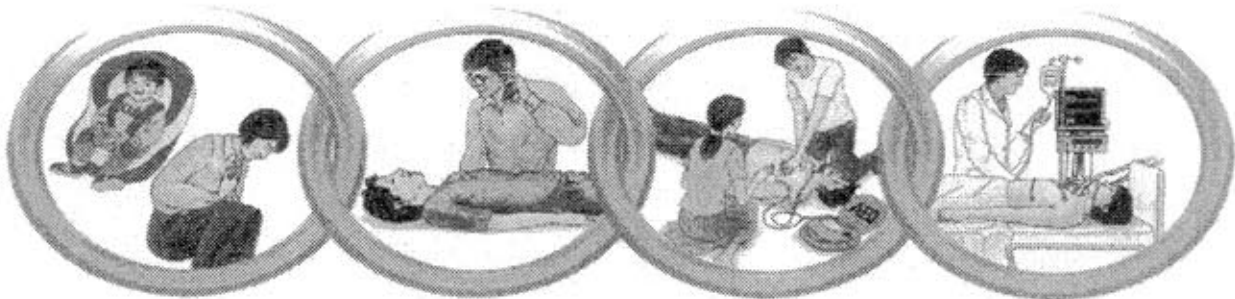


# 救急講習



## ～ 救命の連鎖 ～

一連の流れ : 救命の連鎖「Chain Of Survival」



予防

早期認識と通報

一次救命処置

二次救命処置と  
心拍再開後の集中治療

## 心停止の予防 救命の連鎖

- ・ 成人における突然死の主な原因には急性心筋梗塞や脳卒中があります。

これらは生活習慣病ともいわれ、がんとともに日本人の三大死因です。成人における突然死の予防では、生活習慣病のリスクを低下させることも大切ですが、「救命の連鎖」における「心停止の予防」では、急性心筋梗塞や脳卒中の初期症状に気づいて早期に病院を受診する、または救急車を要請することが重要となります。

### 1 急性心筋梗塞とは？

- (1) 心臓は収縮と拡張を繰り返して全身に血液を送りだしている筋肉のポンプです。この心筋に栄養分や酸素を含んだ血液を送っている血管を冠動脈といいます。この冠動脈が血栓(血の塊)で詰まってしまい、心筋への血流が途絶えた状態が続き、心筋が死んでしまう病気を急性心筋梗塞といいます。



#### (2) 症状

- ア 痛み …胸が痛いという症状よりは、「重苦しい」、「締め付けられる」、「圧迫される」など  
イ 部位 …胸以外に背中、肩、両腕やみぞおちに不快感を感じることもある。  
ウ その他…冷や汗、吐気、嘔吐、息苦しさを伴うこともある。



# 救急講習



## 2 脳卒中とは？

(1) 脳の血管が詰まったり、破れたりする結果生じる病気で、「脳梗塞」、「脳出血」、「くも膜下出血」などがあり、脳細胞は再生できないため、しばしば後遺症が残ります。

- ア 脳梗塞 … 脳の動脈が動脈硬化や血栓で詰まり、脳への血流が途絶え神経細胞が死んでしまう。
- イ 脳出血 … 脳の中で血管が破れたため出血(血腫)が生じて、周囲の神経細胞が破壊されてしまう。
- ウ くも膜下出血 … 脳動脈のこぶや血管の奇形が破裂し、血液が脳の表面に広がり脳を圧迫する。

### (2) 症状

- ア 麻痺 … 手足に力が入らない、痺れる、うまくしゃべれない(口がもつれる)など
- イ 痛み … くも膜下出血では、初めて経験するような激しい激痛を突然生じることがある。
- ウ その他 … ものが見えにくい、二重に見える、めまいがする、意識を消失することもある。
- エ 前ぶれ … 一過性脳虚血発作という、脳梗塞の症状が一時的(2~15分程度)に出現して、自然に消失する(普通にもどる)症状が起きることがある。



## 早期認識と通報 救命の連鎖



・ 早期認識は、突然倒れた人、反応のない人を見たら、ただちに心停止を疑うことで始まります。心停止の可能性を認識したら、大声で叫んで応援を呼び、119番通報を行って、AEDや救急隊が少しでも早く到着するよう努めます。

救急車が到着する平均時間は…？

**「約7~8分」**

脳がダメージを受けるのは…？

**「約3~4分」**

・ 応急手当を身に付けた人が増え、適切な手当が行われることで救命のチャンスが広がります。

