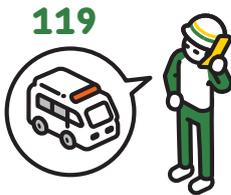




救急救命

救命の連鎖（チェーン・オブ・サバイバル）

1 119番通報



2 心肺蘇生



3 除細動(AED)



4 2次救命処置



突然に心肺停止した人を救命するためには、早い119番通報、早い心肺蘇生、早い除細動、2次救命処置の4つが連続性をもって行われることが必要です。

心肺蘇生法

1 気道を確保する



2 呼吸の確認をする



3 人工呼吸を2回おこなう



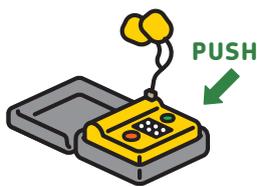
4 心臓マッサージを30回おこなう



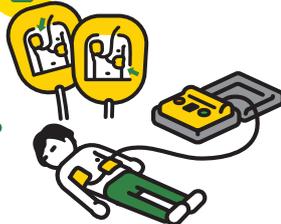
心肺停止した人の口元が出血している、シートやマスクタイプの感染防止具を持っていないなどで、人工呼吸がためられる場合は、人工呼吸を省略して胸骨圧迫のみを行います。

AEDの使用方法

1 電源を入れる



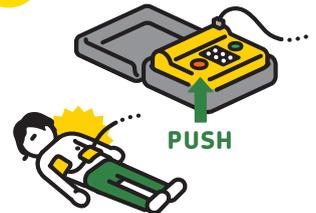
2 パッドを貼る



3 ショックが必要か確認する



4 ショックボタンをおす



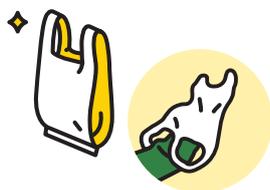
音声メッセージに従って操作を進めれば、誰でも簡単にAEDを使用できます。電気ショックが必要かどうかも自動解析で判断してくれるので、誤って電気ショックを与える心配もありません。



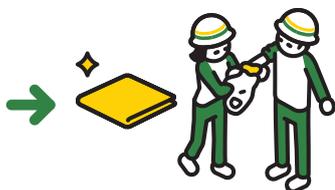
怪我などの応急処置

◎ 直接圧迫止血法

1 感染を防止するため、ビニール袋などで手を覆う。



2 きれいなガーゼやハンカチなどを傷口に当てる。



3 心臓より高い位置に傷口をあげ、強く押さえる。



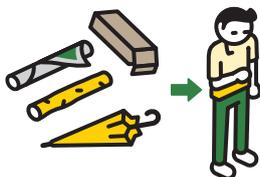
4 止血ができれば、包帯やハンカチなどで固定する。



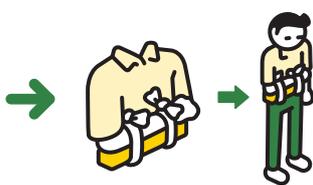
人間の全血液量の1/3以上を一時に失うと生命に危険があるため、傷からの大出血はすぐに止血をする必要があります。この直接圧迫止血方法が、一番基本的で確実な止血の方法です。

◎ 骨折の応急手当

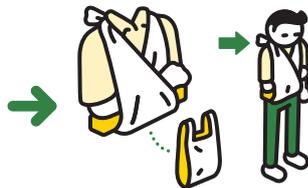
1 折れた骨を支えるための副木になるものを用意する。



2 折れた骨の両側の関節と副木を、布などで結び固定する。



3 三角巾やビニール袋などをつかって、固定した腕を首からつる。



4 より安定させるために、つり下げている布を胸にしばりつける。



痛みがある部分はむやみに動かしたりせず固定することが大切です。身の回りにあるもの（ダンボール、雑誌、傘など）を、副木として使うことができます。副木は、患部の関節の上と下が隠れる長さのものが適当です。



もしものときに、ためらわずに勇気を持って
応急手当ができるよう、救急救命講習に参加するなど、
応急手当の知識と技を身につけておきましょう。