

## AEDを使用する心肺蘇生法の手順

※ここでの手順は成人に対しての方法であり、子どもや赤ちゃんに対しては多少異なります

### ①意識を調べる



耳元で「大丈夫ですか？」など大声で呼び掛けながら、肩をたたき意識を調べます

### ②助けを呼ぶ



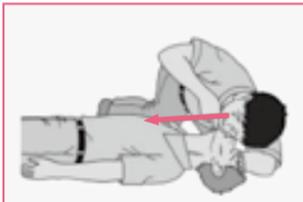
意識がないなら、近くの人に大声で「あなたは119番へ通報してください!!」「あなたはAEDを持ってきてください!!」と要請します

### ③気道の確保



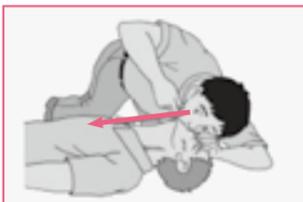
気道を確保するため、片手を傷病者の額に当て、もう片方の手の人差し指と中指であご先を持ち上げ、頭を後方に反らせます

### ④呼吸の確認



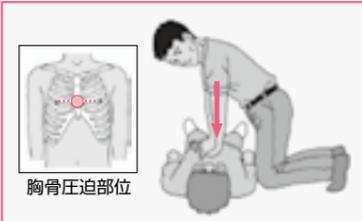
気道を確保したままで、耳を傷病者の口に近づけ普段どおりの息（正常な呼吸）をしているか「見て」「聞いて」「感じて」確認します

### ⑤人工呼吸（2回）



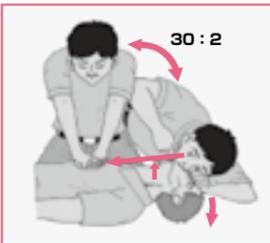
呼吸が十分でなければ人工呼吸を2回します。気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみ、傷病者の口を自分の口で覆って、1秒かけて息を吹き込みます。うまくできた場合、傷病者の胸が膨らむのが確認できます

### ⑥胸骨圧迫（心臓マッサージ）



手のひらのつけ根を重ねて体重をかけ、傷病者の胸が4～5cm沈むように圧迫します（30回、1分間に約100回のリズム）

### ⑦胸骨圧迫（心臓マッサージ）と人工呼吸の組み合わせ（心肺蘇生）



「胸骨圧迫30回、人工呼吸2回」を1サイクルとし、AEDが到着するまで繰り返します

### ⑧AEDの電源を入れる



ケースのふたを開け、電源のスイッチを押します（機種によっては自動的に電源が入るものもあります）

### ⑨電極パッドを貼る



袋から電極パッドを取り出し、胸の右上と胸の左下に貼り付けます。パッドのケーブルをAED本体に差し込みます

### ⑩除細動（電気ショック）



AEDが心電図を自動解析し、電気ショックが必要と判断されたら、音声メッセージにより電気ショック（除細動）が指示されます。傷病者に誰も触れていないことを再度確認してから除細動ボタンを押します

音声メッセージに従って⑥から繰り返します。救急隊員や医師に傷病者を引き継ぐまで、心肺蘇生とAEDの手順を繰り返します

（資料提供 津山圏域消防組合）

## AEDって何？

AED（自動体外式除細動器）とは、突然の心臓の停止が起きたときに電気ショック（除細動）で心臓の動きを正常に戻す医療機器です。



倒れている傷病者に意識がなく、普段どおりの呼吸がないときに使用します。

## 誰でも使えるの？

平成16年7月から医療従事者でない一般の人でも使用できるようになりました。

また、AEDは初めての人でも簡単に使えるように設計されているので、音声メッセージに従って使えば大丈夫です。電気ショックが必要な場合にはボタンを押しても電気が流れない仕組みになっているので、操作を誤っても電気が流れてしまうようなことはありません。

市では、庁舎やスポーツ施設、学校などが多く集まる所を中心に設置を進めています。今年度は幼稚園や保育所、公民館などに設置の予定です。

## 心肺停止は多い？

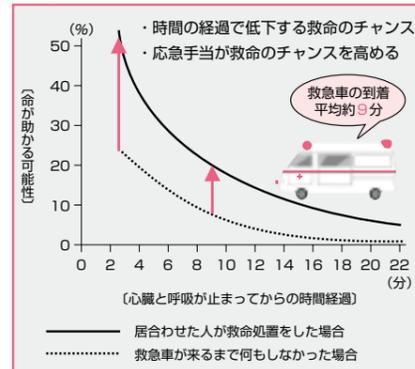
病院外で心臓に問題があった心臓停止件数は、全国で1万9707件（「心原性かつ心肺停止の時点が一般市民により目撃された症例」平成19年・消防庁）。そして年々、増加傾向にあります。

津山圏域では228件（平成20年・津山圏域消防組合）で、1週間当たり4～5件も発生していることになりました。

## 救急車が到着するまでの応急手当が明暗を分ける

心臓や呼吸が止まった人の命を救うためには1分1秒を争います。救急車が現場に到着するまでの時間は、8分54秒（平成20年平均値・津山圏域消防組合）。この間に何もしなければ助かる可能性はどんどん低くなっていきます。

## 応急手当と救命曲線



AEDが届くまでは、人工呼吸や胸骨圧迫（心臓マッサージ）といった応急手当（心肺蘇生法）を行い、届いた後は直ちに使用することで救命率が格段に上がります。

## 救命のリレー

平成19年4月15日「第15回津山加茂郷フルマラソン全国大会」のレース中にランナーが倒れ昏睡状態に陥りました。大会関係者が救急隊へ連絡。出場していたほかのランナーが交替して心肺蘇生を実施。救急車到着後、AEDによる電気ショックで命を取り留めることができました。

救命のために必要な行動を迅速に途切れることなくつなげていく「救命のリレー」をその場に居合わせた人がスタートさせてください。



早い119番通報 おちついて、はっきりと119番に通報する

早い応急手当 救急車到着前の早い心肺蘇生と早い除細動

早い救急処置 救急救命士の行う高度な救急処置

早い救命医療 医療機関における高度な救命医療

## 市民のAED使用が救命の鍵です

作州にAEDを広める会

代表 薄元亮二さん



平成19年の消防庁の資料を見ると、病院外での心臓に問題があった心肺停止のうち、救急車が来るまでに市民がAEDを使用しなかった場合で、1カ月後に生存していた割合（生存率）は9・7%。一方、市民がAEDを使用し電気ショックを行った場合の生存率は42・5%。なんと生存率に4・4倍もの差が出るのです。その場に居合わせた市民のAED使用が大変重要だということが分かると思っています。

このAEDの有効性に着目し「作州にAEDを広める会」を平成17年に立ち上げました。現在まで応急手当の講習会を30回開催し、受講者は延べ約1300人となりましたが、もっと多くの人に使えるようになってほしいと思っています。そのためにも、受講者が今度は指導者となることで、応急手当が一人でも多くの人に広まっていくことを期待しています。