

## 心肺蘇生法講習会（第2回）

開催日時…平成 25 年 8 月 6 日（火） 17：00～18：30

開催場所…医療法人杏林会 通所リハビリテーション“エルダーカマー”

参加者…在宅部門の職員・コメディカル職員 35名

中津市消防署指導のもと、「心肺蘇生法」の講習会を開催しました。今年で中津消防署による講習会は2回目となります。（今回の参加者のほとんどは講習を受けた職員でした）

消防署職員より「心肺蘇生法」についての説明を受けた後、受講者は4グループに分かれて実技トレーニングを行いました。（心肺蘇生法ガイドライン 2010年）





参加者全員、真剣に実践し、汗びっしょりでした。

「心室細動」を起こした人に対しては、早期に心肺蘇生法とAEDを用いた電気ショック（除細動）を行うことが、救命率アップにつながります。いざという時、今回の研修の経験を活かして、慌てず安全確実に救命処置が行えるように職員一同取り組んでまいります。

本日の講習の指導に当たっていただきました中津消防署職員の方に、感謝申し上げます。

## 心肺蘇生法 ~G2010~

### ①反応を確認する

安全を確認してから、傷病者に近寄り声をかけ反応を確認する。



### ②助けを呼ぶ

大声で叫び応援を呼ぶ。



### ③119番通報とAEDを手配する

「あなた119番通報をして下さい」、「あなたAEDを持ってきてください」と要請する。



### ④呼吸を確認する

10秒以内で胸と腹部の動きをみます。



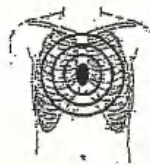
### ⑤胸骨を圧迫する

普通の呼吸がなければ、胸の真ん中に手のひらの基部を当て、「強く、早く、絶え間なく」30回押します。



《参考》

胸骨の下半分  
テンポは100回/分  
深さは少なくとも  
5cm



### ⑥気道を確認する

片手で額を押さえながら、もう一方の指先を顎の先端、骨のある硬い部分に当てて持ち上げます。



### ⑦2回吹き込む

鼻をつまみ1秒かけて吹き込みます。いったん口を離し、息が自然に出るのを待ちもう一度吹き込みます。



⑤と⑦を繰り返します。

### ⑧AEDが到着したら電源を入れる

AEDを頭の近くに置く。  
※フタをあけると電源の入るタイプもあります。



### ⑨パッドを貼る

衣服は取り除き、電極パッドを図の位置にしっかり貼り付けます。  
※成人用と小児用(未就学児)の2種類あります。



### ⑩心電図の解析

正しく電極パッドを貼りつけると「体に触れないで下さい」とメッセージが流れ、解析が始まります。



### ⑪ショックボタンを押す

電気ショックが必要と判断された場合「ショックが必要です」と自動的に充電され、点滅ボタンを押すように指示があります。  
※ショックが不要な場合はただちに胸骨圧迫から心肺蘇生を開始します。



ショック後は ⑤ と ⑦ を繰り返します。

《参考》



濡れている場合はタオル等で体を拭きます。



皮膚の下にペースメーカーが埋め込まれている場合は、その出っ張りを避け電極パッドを貼ります。