

目次

1 救命処置の基礎知識

- 1 救命処置の重要性 1
- 2 救命の連鎖 2

2 救命処置

- 1 心肺蘇生の手順 4
- 2 AEDの使用手順 7
- 3 気道異物の除去 10
- 4 乳児の心肺蘇生の手順 11
- 5 乳児の気道異物の除去 12

3 ファーストエイド 13,14

- 1 回復体位
- 2 止血法
- 3 やけど（熱傷）
- 4 骨折、ねんざ、打ち身
- 5 熱中症
- 6 けいれん
- 7 溺水



※すべてウサギという設定です。

◆ はじめに ◆

今回、鳥取県東部消防局では、日本で初めての医療が施されたのではないかと云われている「日本医療発祥の地」として、医療の神様にあやかり『大国主命と因幡の白ウサギ』をモチーフにして、ガイドラインに基づいた救命講習テキストを作成いたしました。

みなさまの身近な「大切な命」を守り救うために、このテキストをご活用いただき応急手当の知識・技術を身に付け、いつやってくるかわからない“もしもの時”に備えていただければと思います。

1 救命処置の基礎知識

1 救命処置の重要性

- 心肺蘇生が必要な理由
心肺蘇生が必要な理由
心臓や呼吸が止まった人の治療はまさに1分1秒を争います。脳に酸素が送られなくなると脳は4分で元に戻らなくなると言われており、その後救命率は急激に下がっていきます。救急車が到着するまで全国平均で約9分間かかります。救急車が来るまで何もしていないでいると、助かる命も助けられないこととなります。その場に居合わせた皆さんが救命処置を行えるよう、心肺蘇生法を身に付けておくことが大切です。

★ポイント★ 絶え間ない胸骨圧迫の継続

胸骨圧迫は、強く！速く！絶え間なく！

- AEDが必要な理由
心臓が停止した直後は、心臓が震えている状態が多いと言われています。その処置は『電気ショック』が最も有効です。救急隊が到着するまでに皆さんが電気ショックを行った場合は、社会復帰率が約2倍になります。傷病者の命を救うために早いAEDの使用が必要です。

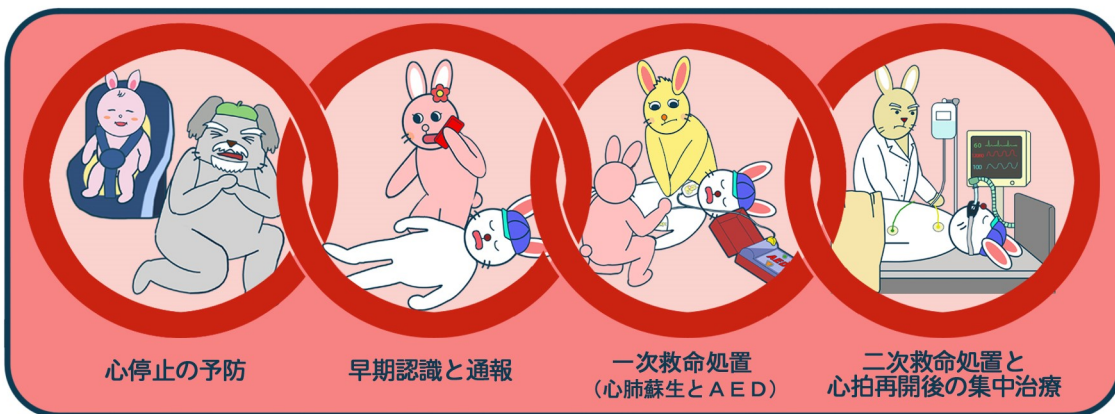
2 救命の連鎖

目の前で倒れた人の命を救い、社会復帰へ導くために必要となる一連の行いを『救命の連鎖』といいます。

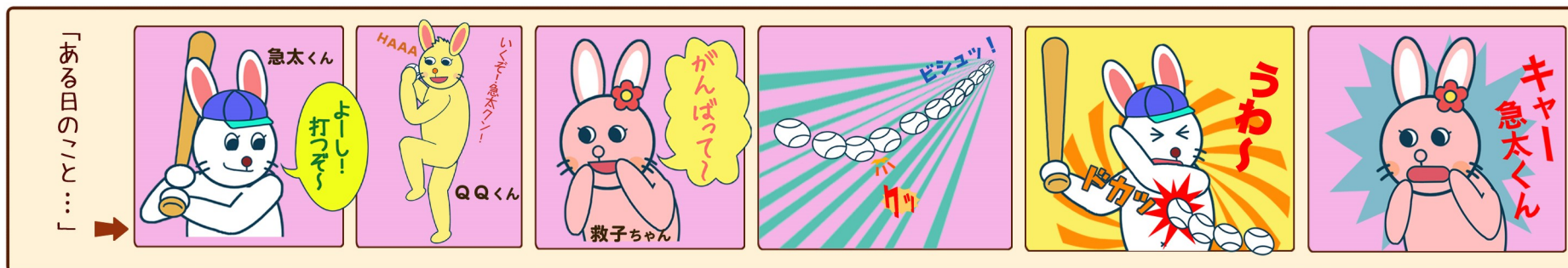
『救命の連鎖』は、「心停止の予防」、「心停止の早期認識と通報」、「一次救命処置（心肺蘇生とAED）」、「二次救命処置と心拍再開後の集中治療」の4つの輪でできていて、この4つの輪が途切れることなくつながることで救命効果が高まると言われています。

『救命の連鎖』の最初の3つの輪は、現場に居合わせた皆さんによって行われることが期待されます。皆さんによって心肺蘇生が行われた場合は、行われなかった場合に比べて生存率が高く、皆さんがAEDを使い電気ショックを行った方が、救急隊の到着を待つよりも、早く実施できるため、生存率や社会復帰率が高いことがわかっています。

皆さんは、『救命の連鎖』を支える重要な役割を担っています。



救命の連鎖



1 心停止の予防

子どもの場合、心停止の主な原因は、ケガ、溺水、窒息などで、いずれも予防が可能です。成人の場合は心筋梗塞、脳卒中等があり、それらの初期症状に気づき救急要請することで、心停止に至る前に医療機関で治療を開始することができます。

2 早期認識と通報

早期認識は、突然倒れた人や反応のない人をみたら、ただちに心停止を疑うことで始まります。心停止の可能性があれば、大声で助けを呼び、119番通報とAEDの手配を依頼し、救急隊が少しでも早く到着するように行動します。

3 一次救命処置

一次救命処置は、心肺蘇生とAEDの使用によって、止まってしまった心臓と呼吸の動きを助ける方法です。

心臓が止まっている間、心肺蘇生によって心臓や脳に血液を送りつづけることは、AEDによる心拍再開の効果を高めたり、心拍再開後に後遺症を残さないためにもとても重要です。また、心臓が止まるときによく起こる心室細動という心臓の動き（心臓が震える状態）は早期の電気ショックにより心臓の震えを取り除くことができ、社会復帰の可能性を高めます。

4 二次救命処置と心拍再開後の集中治療

二次救命処置は、救急救命士や医師が薬や器具を使用して、心臓の動きを取り戻すことを目指します。また、心拍が再開したら、専門家による集中治療により社会復帰を目指します。