



12月5日(火)期末考査終了後、各部活動やクラス、保健委員の有志40名の生徒が「赤十字救急法講習会」に参加しました。指導員として日本赤十字社広島県支部 脇谷 孔一先生が来校され、心肺蘇生法やAEDの使い方について2時間の実技講習を受けました。いざという時に命を守るように、救急処置を学んでおきましょう。

倒れている傷病者を発見したら…

【意識・呼吸がない場合】

「人が倒れています!」

- ・周囲の安全の確認
- ・全身状態の観察

*声を出して
動作を行う!

「大出血等なし!」

- ・意識(反応)の確認
(傷病者の肩を叩きながら声をかける)

「意識なし!」

*意識の判断に迷う
場合も応援を呼ぶ!

- ・協力者を求める
- ・119番通報とAEDの依頼

- ・呼吸の確認 *5秒程度で確認
(胸・腹部の動きを観察する)

普段通りの呼吸がない or 判断に迷う
場合は、胸骨圧迫を開始!



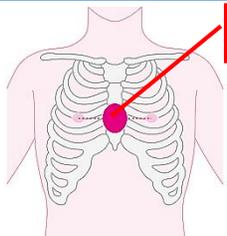
心停止のサインを見逃さないで
～死戦期呼吸～

心停止直後のしゃくりあげるような途切れ途切れの不規則な呼吸、「死戦期呼吸」。一見呼吸しているように見えますが、肺での酸素化はできていません。「呼吸なし」と判断し、直ちに胸骨圧迫を開始します。
*Youtubeでcheck!

胸骨圧迫 30回

*強く、早く、絶え間なく!

- ・強く(約5cm) ※小児は胸の厚さ1/3
- ・速く(1分間で100~120回のテンポ)
- ・絶え間なく(中断を最小限に)



胸骨圧迫は乳頭と乳頭の間を押す(●の辺り)

一人で胸骨圧迫を続けると力が弱まってくるため、交代して実施しましょう。

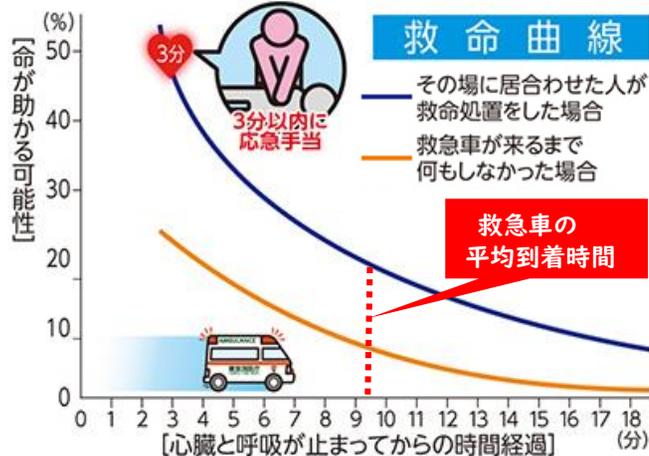
人工呼吸 2回

※できない場合は省略可

- ・まずは気道確保(片手で傷病者の額を押さえ、もう一方の手をあごの先端にあて持ち上げる)
- ・鼻をつまみ、口から口へ1秒間息を吹きかける



救急車の現場到着まで平均 9.4分 いち早く救急処置を!



救急車の呼び方は??

下記のような内容を順番に聞かれるので、落ち着いて電話しましょう!

- 119番通報をすると、火事か救急かを聞かれるので「救急です」と答える。
- 救急車に来てほしい住所を伝える。
※不明な時は目印になるものでOK
- 患者の状態を伝える。『どこで』『誰が』『どんな状態か』『年齢』など。
わかる範囲で意識や呼吸の有無も!
- 自分の名前と電話番号を伝える。
→救急隊が着いたら、状況(容体の変化や持病、応急手当など)を詳しく伝える。

★119番通報時、スピーカーモードに切り替えると便利!

119番通報の時、電話のスピーカー機能を活用すると、救急処置についての口頭指導や周囲の協力を得るのに役立ちます。



AED マップ

インターネットで「AED マップ」と検索すると、全国のAED設置場所が分かるサイトがあります。自宅付近や通学路など身近な場どこにあるか把握しておきましょう。

ちなみに…美高のAEDはどこ?

正解は2カ所!

「事務室の前」と「体育準備室の前」

AEDの使用

(ショックボタンを押すとき)
みんな離れて!

- AEDの電源を入れる
- パッドを装着する
- 音声ガイドに従い操作する



AEDパッドを貼る位置にこんなことがあったら?

- 濡れている場合 → 乾いたタオル等で拭く
- 貼り薬がついている場合 → 剥がして薬剤を拭き取る
- 医療器具が埋め込まれている場合 → 避けた位置に貼る

*救急車が到着するまで、または普段通りの呼吸や目的のある仕草が認められるまで繰り返し心肺蘇生を続ける

近く大切な家族や友人が倒れた時、あなたの勇気が命を救います。繰り返し知識や技術を磨き、ためらわずに救命処置を行いましょう!