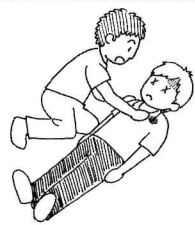


『誌上でマスター』心肺蘇生法

救急の最前線を担うのはバイスタンダーである、あなたです

早期の心肺蘇生法は、心肺停止への最も有効な処置です。救急救命士や医師よりもいち早く処理できてこそ人命を救うことができます。心肺蘇生法を習得することは、災害列島に暮らす私たちの義務です。

※バイスタンダー (By Stander) とは救急現場に居合わせた人(発見者、同伴者など)のことで、救命のための心肺蘇生法などの応急手当を適切に行い、救命率を格段に伸ばせる人員のことです。



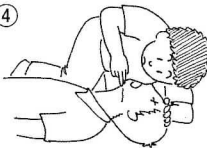
①



②



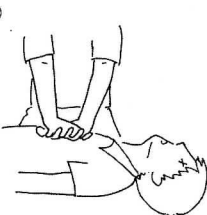
③



④



⑤



⑥

⑦ ⑥を30回、⑤を2回の組み合わせを絶えず続ける。

⑧



①反応を確認する

傷病者の耳もとで「大丈夫ですか」と大きな声で呼び掛け、肩を軽くたたく。意識があれば傷病者の訴えを聞き、必要な応急措置をとる。仕草、返答がなければ「反応なし」と判断する。

②119番通報

反応がなければ、大きな声で「誰か来て、人が倒れています」と助けを求める。協力者が来たら「あなたは119番へ通報してください」、「あなたはAEDを持って来てください」と要請する。

※1人の時はまず119番通報を

③気道確保

傷病者の喉の奥を広げ、空気を肺に通しやすくする。片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先に当てて、頭を後ろにのけぞらせ、あご先をあげる。

④呼吸確認

傷病者が正常な呼吸をしているかどうかを確認する。自分の顔を傷病者の胸に向け、ほおを傷病者の口や鼻に近づける。10秒以内で胸や腹部の動き、呼吸音、息を吐く音が感じられない場合は人工呼吸をする。

⑤人工呼吸

正常な呼吸がなければ、口対口の人工呼吸を2度行う。気道を確保したまま傷病者の鼻をつまみ、空気が漏れないようにして息を1秒かけて吹き込む。いったん口を離して、もう一度同じ動作を繰り返す。

⑥胸骨圧迫(心臓マッサージ)

2回の人工呼吸が終わったら、直ちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を開始し、全身に血液を送る。胸の真ん中を重ねた両手で圧迫する。1分間に100回のテンポで30回連続して「強く、早く、絶え間なく」圧迫する。

⑦心肺蘇生

⑥胸骨圧迫(心臓マッサージ)を30回連続で行った後、⑤人工呼吸を2回行う。この⑥胸骨圧迫と⑤人工呼吸の組み合わせ(30対2のサイクル)を、救急隊が到着して引き継ぐまで絶え間なく続ける。

⑧AED

AEDが届いた場合は使う。AEDは電源を入れると音声メッセージとランプで実施すべき事を指示してくれるので慌てないこと。心電図の解析や電気ショックを加える際は、必ず傷病者から離れること。

普通救命講習会
 開催日 毎月第3月曜日
 ※祝日などの場合はその翌日
 時間 午後6時～午後9時
 対象者 市内在住の方または市内に勤務あるいは通学している中学生以上の方
 費用・定員 無料 30名
 申込・問合先 消防防災課 警防担当
 (43) 1119



県大会でみごと優勝し、全国大会に出場！
 今井修二 消防副士長、中村貴大 消防士、
 竹原勇剛 消防士

消防救助大会で全国大会出場！
 6月19日、第36回山梨県消防救助技術大会が峡北消防本部長坂消防署訓練場において開催されました。県内10消防本部から選ばれた精鋭180名が出場し、個人、団体の計7種目に救助技術の安全確実性とスピードを競いました。その結果、「ほふく救出」の部に出場した市消防本部チームが見事に優勝し、8月20日に横浜市において開催される、第38回全国消防救助技術大会に県代表として出場します。市民の皆様のご声援をよろしく願います。
 また、「ロープブリッジ救出」の部に出場した、当消防本部のチームは、わずか1秒差で準優勝に、「ロープブリッジ渡過」の部についても、好タイムで入賞を果たしました。