

# 水戸一高52卒”復活”歩く会 BLS講習会 受講者資料

## プログラム H19.7.21.

14:15-15:30 成人のCPR

実技試験

15:30-15:35 休憩

15:35-16:15 AED,2人法

## 4つの重要な点

- 1) **強く、速く**押すこと！(4-5cm、100回/分)
- 2) 胸部圧迫の**中断は最小限**に！(10秒以内)
- 3) 胸部圧迫の後は、**十分に戻す**こと！
- 4) **過換気を避ける**！(胸郭が上がれば十分)

## Chain of survival ~救命の連鎖(成人)

→ この4つの輪がつながなければ人は助からない！



早期通報

早期CPR

早期除細動

早期ACLS

人を集める

AED, 救急カート

ただちにCPRを行うと、  
2~3倍多く助かる！

1分でも早く除細動を！  
(毎分7-10%ずつ低下)

ACLS: 2次救命処置  
(挿管、薬剤など)

**BLS**

≡ CPR+AED(裏面にアルゴリズム)

\* BLS: Basic Life Support 一次救命処置 CPR: Cardiopulmonary Resuscitation 心肺蘇生

## AED (Automated External Defibrillator; 自動体外式除細動器)

2004年7月より一般人も緊急避難的に使用可能となった。

使用法) \* **心停止**であることを確認(大前提)

1) 電源を入れ、パッドを図の通りに貼り、コネクタを入れる。

注意点 **年齢**:8歳以上、**水**:拭いてから貼る、**胸毛**:1枚目で脱毛2枚目を貼る、

**貼付薬**:はがす、**ペースメーカー**:2-3cm離す。

2) 除細動器の指示に従い、適応なら除細動を行う。(「離れて！」の合図。安全確認が大事！)

3) 除細動を行ったら、**すぐに胸部圧迫を開始**！！