

5 子どもの心肺蘇生法

1 反応を確認する

肩をやさしく叩きながら大声で呼びかけて、何らかの応答や目的のある仕草がなければ「反応なし」とみなす。

2 大声で叫び応援を呼ぶ

反応がなければその場で「誰か来てください！」などと大声で叫んで周囲の注意を喚起する。

3 119番通報をしてAEDを手配する

そばに誰かがいる場合は、119番通報とAEDを持ってこよう依頼する。
誰もいない場合は、自ら119番通報して、近くにAEDがあれば取りに行く。
通信指令員の口頭指導によるアドバイスに、落ち着いて行動する。

4 呼吸をみる

胸と腹部の動きをみて、胸と腹部が動いていなければ呼吸が止まっていると判断する。
呼吸が止まっている場合は、心停止とみなしてただちに胸骨圧迫を行う。
※10秒以内で判断し、10秒かけても判断に迷う場合は呼吸がないものと判断する。

5 胸骨圧迫を行う

胸骨の下半分、胸の真ん中付近を、重ねた両手または片手で垂直に体重が加わるように肘を伸ばし、胸の厚さの約1/3を目安に十分に沈む程度に、強く、速く、絶え間なく圧迫する。

■胸骨圧迫のポイント

- 1) 圧迫のテンポは1分間に100～120回のテンポで連続して絶え間なく圧迫する。
- 2) 胸骨圧迫は中断を最小限にして行う。
- 3) 圧迫は手のひら全体で行うのではなく、手のひらの付け根だけに力が加わるようにする。
- 4) 圧迫後は胸が元の高さに戻るよう十分に圧迫を解除する。
- 5) 圧迫を解除するときは、胸から手が離れて圧迫位置がずれないようにする。
- 6) 乳児(1歳未満)の圧迫位置は、両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安とする胸の真ん中を、2本指で圧迫する。

6 人工呼吸を行う

胸骨圧迫を30回続けたら、その後、気道を確保して、人工呼吸を2回行う。(人工呼吸の技術を身につけていて、人工呼吸を行う意思がある場合)

■気道確保

「頭部後屈あご先挙上法」(子どもの額を片手で押さえながら、もう一方の手の指先をあごの先端、骨のある硬い部分に当てて持ち上げる)で気道を確保する。

■人工呼吸

「頭部後屈あご先挙上法」で気道を確保したまま、口を大きく開いて子どもの口(小さな乳児の場合は口と鼻)を覆って密着させ、吹き込んだ息が鼻から漏れ出ないように、額を押さえているほうの手の親指と人差し指で子どもの鼻をつまみ、息を子どもの胸が軽く上がる程度に1回あたり約1秒かけて2回吹き込み、2回目の吹き込みが終わったら、ただちに胸骨圧迫を再開する。
人工呼吸を行うことによる胸骨圧迫の中断は、10秒以上にならないように注意する。

7 心肺蘇生を続ける

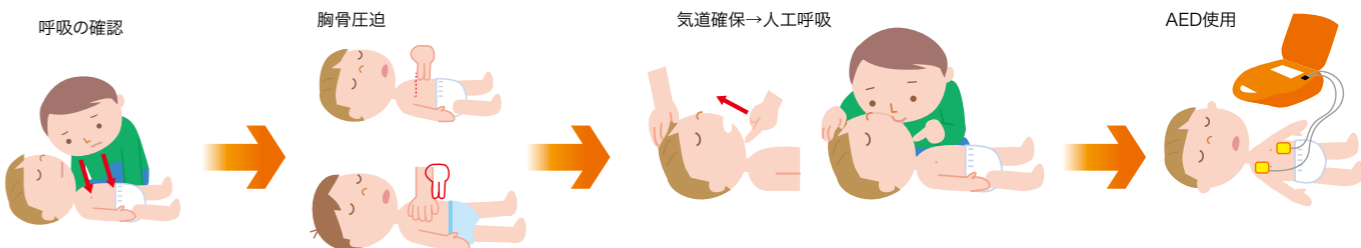
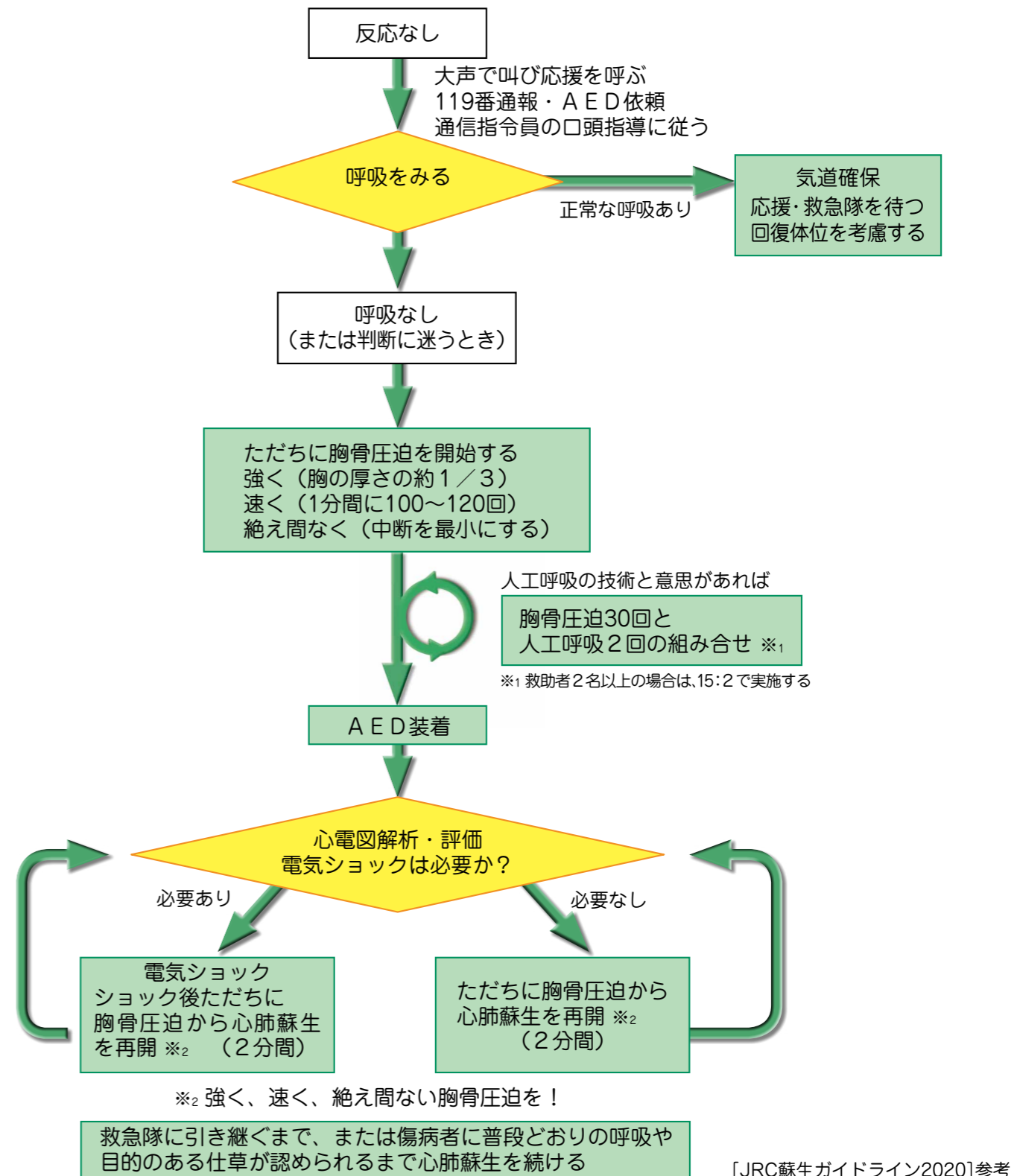
胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせを絶え間なく続ける。

8 AEDの使い方

電源を入れたら、以降は音声メッセージとランプに従って操作する。

- 1) AEDに小児用パッドがある場合
小児用パッドは、乳児(1歳未満)を含めた未就学児(概ね6歳まで)の小児に使用し、6歳以上には小児用パッドは使用しない。
- 2) AEDに小児用モードがある場合
AEDには、小児用モードと呼ばれる機能が付いた機種もあり、小児用モードは乳児(1歳未満)を含めた未就学児(概ね6歳まで)の小児に使用し、6歳以上には小児用モードは使用しない。
- 3) AEDに小児用パッドも小児用モードもない場合
小児用パッドも小児用モードもない場合は、成人用パッドを使用する。

主に市民が行うための一次救命処置(乳児・小児用)



[JRC蘇生ガイドライン2020]参考