

新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえた

一般市民による救急蘇生法について（指針）

1. 基本的な考え方

- (1) 胸骨圧迫のみ行う場合を含め、心肺蘇生法はエアロゾル（ウイルスなどを含む微粒子が浮遊した空気）を発生させる可能性があるため、新型コロナウイルス感染症が流行している状況においては**すべての心肺停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応してください。**
- (2) 成人の心肺停止に対しては、人工呼吸を行わずに胸骨圧迫とAEDによる電気ショックのみを実施してください。
- (3) 子どもの心肺停止に対しては、講習を受けて人工呼吸の技術を身につけていて、行う意思がある場合には、実施してください。

※子供の心肺停止は窒息や溺水など呼吸障害を原因とすることが多く、人工呼吸の必要性が比較的高いです。

一般市民による心肺蘇生法の手順

まず初めに周囲の安全を確認しましょう！ 安全の確認ができれば・・・

(1) 反応(意識)を確認する

傷病者の耳もとで「大丈夫ですか。」または「もしもし。」と大きな声で呼びかけながら、肩をやさしくたたき、反応(意識)があるかないかを確認します。

呼びかけに対して目を開けるか、なんらかの返答、または目的のあるしぐさがなければ「反応(意識)なし。」と判断します。**確認や観察の際に、傷病者の顔と救助者の顔があまり近づきすぎないようにしてください。**



(2) 助けを呼ぶ

反応(意識)がなければ、大きな声で「誰か来て！人が倒れています！」と助けを求めます。

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を持ってきてください。」と具体的に依頼します。

もし、協力者が近くにいない場合は、早急に119番通報をして救急車を手配したら、通信員の指示を仰ぎましょう。



(3) 呼吸の確認

傷病者のそばに座り、10秒以内に胸や腹部の上がり下がりを見て、『普段どおりの呼吸』をしているか判断します。

しゃくりあげるような呼吸(死戦期呼吸)と判断した場合は、ためらわず胸骨圧迫から心肺蘇生を開始してください。

確認や観察の際に、傷病者の顔と救助者の顔があまり近づきすぎないようにしてください。



(4) 胸骨圧迫

傷病者に『普段どおりの呼吸』がない場合、あるいはその判断に自信が持てない場合には心肺停止と判断し、ただちに胸骨圧迫を開始します。
胸の真ん中を、重ねた両手で

- ・ **強く** (傷病者の胸が約5 cm 沈むまで)
- ・ **速く** (1 分間に 100 回~120 回の速いテンポで)
- ・ **絶え間なく** (圧迫した後は、胸が元の高さに戻るようにする) 圧迫します。

エアロゾルの発生を防ぐため、胸骨圧迫を開始する前にハンカチやタオルなどがあれば傷病者の鼻と口にかぶせるようにしてください。マスクや衣服などでも代用できます。



(5) 人工呼吸

成人に対しては、救助者が講習を受け、人工呼吸の技術を身につけていて、行う意思がある場合でも、実施せずに胸骨圧迫だけをするようにしてください。

子どもに対しては、講習を受け、人工呼吸の技術を身につけていて、行う意思がある場合には行ってください。その際、手元に専用の感染防止具があれば使用してください。

感染の危険などを考えて人工呼吸を行うことにためらいがある場合には、胸骨圧迫だけをしてください。

(6) 心肺蘇生(胸骨圧迫)の継続とAED

救急隊に引き継ぐまで、もしくは、傷病者になんらかの反応がみられるまで、絶え間なく続けます。

※胸骨圧迫の中断が、10秒を超えないように注意してください。

AEDが届いたらすぐにAEDを装着してください。AEDは電源を入れると、音声メッセージと点滅ランプで指示してくれます。AEDは2分おきに自動的に心電図の解析を始めますので、その都度、音声メッセージに従ってください。

※AEDの使用方法、設置場所等については、HP上の『[AEDについて](#)』よりご確認ください。



(7) 心肺蘇生を実施した後は・・・

傷病者を救急隊に引き継いだ後や、傷病者に反応が出たなどで心肺蘇生法を実施した後は、速やかに石けんと流水で手と顔を十分に洗ってください。傷病者の鼻と口にかぶせたハンカチやタオルなどは、直接触れないようにして袋に入れ密閉し、廃棄するようにしてください。

