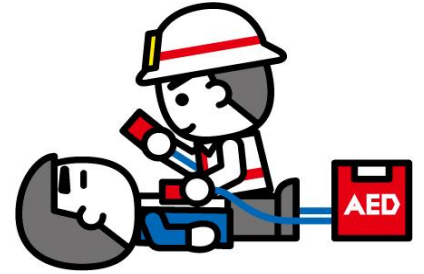


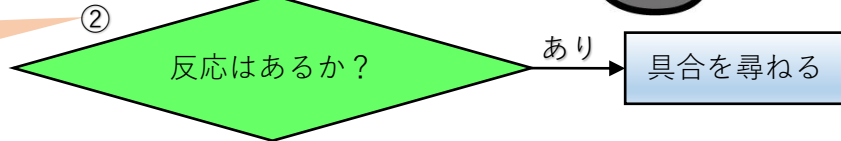
# 心肺蘇生の手順～JRC蘇生ガイドライン2020～



① 傷病者に近づく前に周囲の安全を確認する。

① 自分自身の安全確認

② 肩を軽く叩きながら声をかけ、反応を確認する。



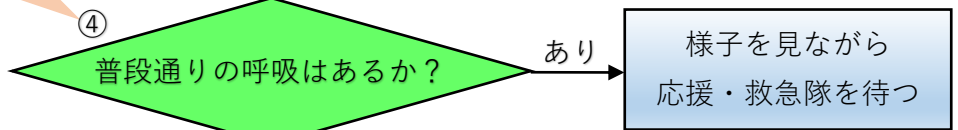
④ 10秒以内で胸と腹部の動きを見る。

《参考》  
普段通りの呼吸ではない、または判断に迷う場合は「呼吸なし」と判断し、胸骨圧迫を開始する。

③ 大声で応援を呼ぶ  
119番通報・AED依頼  
通信指令員の指示に従う

③ 「あなたは119番へ通報をしてください」、「あなたはAEDを持ってきてください」と依頼する。

⑤ 呼吸なしと判断したら、胸の真ん中に手のひらの付け根を当て、「強く、早く、絶え間なく」30回押す。



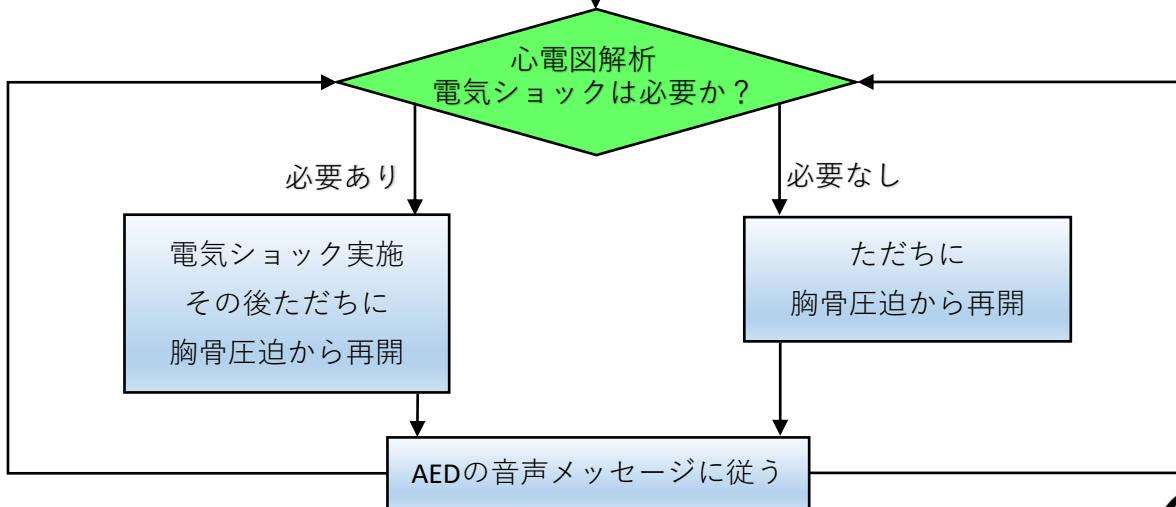
⑤ ただちに胸骨圧迫を開始する  
強く（約5cm）※1  
速く（100～120回/分）  
絶え間なく（中断を最小限に）

※1 小児は胸の厚さの1/3

⑦ 胸をはだけさせ、電極パッドを図の位置にしっかり貼り付ける。  
※小学生～大人用パッドと未就学児用パッドの2種類があります。

⑥ 人工呼吸の技術と意思があれば  
胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせ

⑦ AED装着



※救急隊に引き継ぐまで、または傷病者に普段通りの呼吸や目的のある仕草が認められるまで続ける。

