さつま消防 救急だより 救急広報紙

ピーポー



SATSUMA FIRE DEPT. Emergency Public relations paper

発行　さつま町消防本部　令和８年９月
鹿児島県薩摩郡さつま町時吉 366 番地　Tel 52-0119　Fax 53-0119

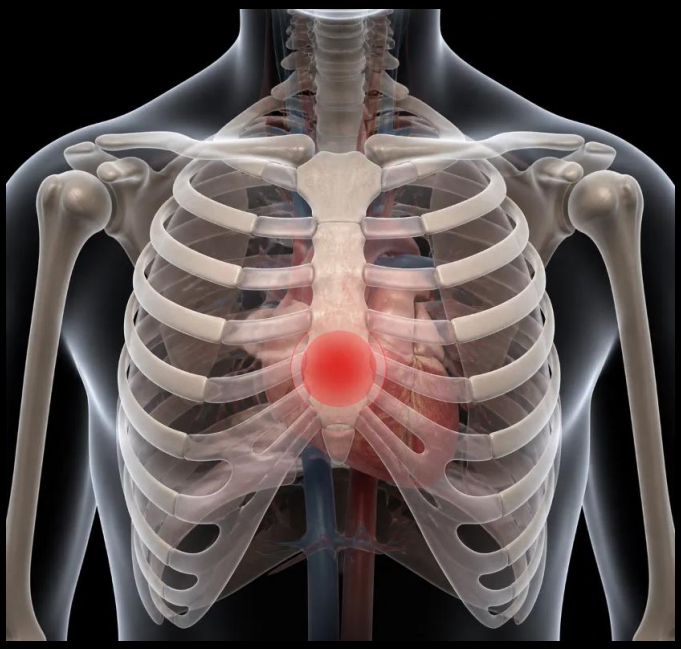
一刻も速い処置 心肺蘇生がいのちを救う

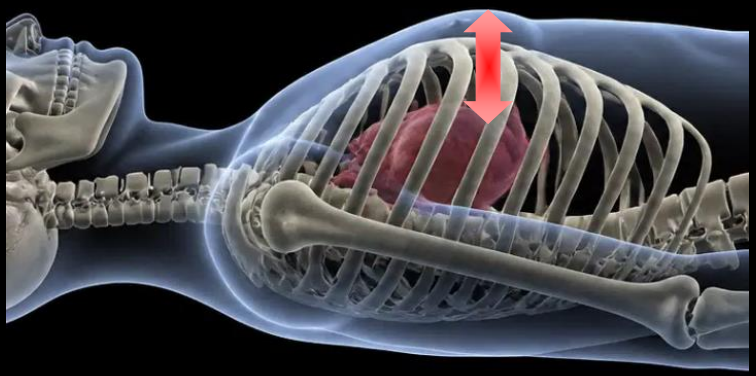
倒れた人に反応がない場合、心臓が止まった状態となっている可能性があります。
反応がなく、普段通りの呼吸がない場合、またはその判断に自信が持てない場合や、わからない場合は心臓が止まっているとみなし、直ちに胸骨圧迫を開始する必要があります。

胸骨圧迫



胸骨圧迫とは、心臓を外部から圧迫することにより、ポンプ機能を失った心臓の代わりに、脳や心臓の周りの血管に血液を送り出し、AED の効果を高めるとともに、心臓の動きが戻った後の後遺症を少なくすることを目的とした救命処置です。





胸骨圧迫はどうやるのか

■ 位置
胸の真ん中あたりで、胸骨の下半分
（左図参照）
この部分を手のひらの付け根で圧迫する

■ 深さ
約5センチ沈むまで圧迫する
（左下図参照）
小児･乳児の場合 ： 胸の厚さの3分の1
※５センチ押したら、元の高さに戻し、圧迫を解除する
（血液を循環させるには圧迫と解除が重要）

■ リズム
1分間に 100 回～120 回
※1秒間に約2回 胸を押す

■ 絶え間なく圧迫を繰り返す
救急隊が到着し交替するまで続ける！

普通救命講習を受講して心肺蘇生法を学びましょう　お申し込み 救急係 0996-52-0119

こんな時どうする？

窒息

ちっそく



窒息（ちっそく）とは、食べ物や異物が空気の通り道（気道）に詰まるなどして呼吸ができなくなり、体内に酸素を取り込めなくなる状態のことです。

万が一、食べ物等をのどに詰まらせてしまった場合、１分１秒を争う事態で、救急車が到着するまでの数分間の応急処置が、命を救う鍵となります。

のどに詰まった時の対応

咳をすることが可能であれば、できるかぎり咳をさせる。
強い咳をすることができないときは、大声で助けを呼んで周りの人に１１９番通報やＡＥＤの搬送を依頼し、下記の気道異物除去を直ちに行う。

背部叩打法（はいぶこうだほう）

手のひらの付け根部分で、左右の肩甲骨の中間あたりを、力強く、何回も連続して叩きます。



背部叩打法で異物が出てこないとき

腹部突き上げ法（ハイムリック法）

相手の上腹部（ヘソの少し上）に握りこぶしを置き、手前上方に向かって、圧迫するように突き上げます。



※内臓を痛める可能性があります。乳児や妊婦には行わないでください。
実施した場合は、救急隊にその旨を伝えるか、速やかに医師の診察を受けてください

イラスト：政府広報オンライン「餅による窒息に要注意！喉に詰まったときの応急手当は？」より

意識がない・途中で意識がなくなった場合は「心肺蘇生」を開始