

## 喉に物が詰まった?!

- 「喉に物が詰まったの?」と尋ね、声が出せず、うなずくようであれば窒息と判断します。
- 窒息に気づいたら、周りの人に119番通報を頼んで、次の方法で異物を出すことを試みてください。

### 1 反応がある場合

- 傷病者が咳をすることが可能なら、咳を続けさせる。

#### 腹部突き上げ法

- 腕を後ろから抱えるように回す。
- 片手で握り拳を作り、その親指側を傷病者のみぞおちとへその真ん中に置きます。
- その上をもう一方の手で握り、素早く手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。



**注意事項** 妊婦や乳児には行わないでください。

#### 背部叩打法

- 背後から手のひらの基部で肩甲骨の中間あたりを力強くたたく。
- 横向き、仰向け、立位でも行えます。



#### 乳児(1歳未満)

##### 背部叩打法

- うつ伏せで頭がさがるように片腕に乗せて、もう一方の手で背中を力強くたたく。



##### 胸部突き上げ法

- 片腕に仰向けに乗せて、もう一方の手の指2本で胸の真ん中を力強く圧迫する。



### 2 反応がなくなった場合

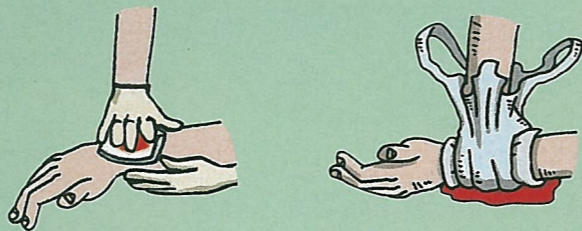
- すぐに心肺蘇生を開始する。心肺蘇生の途中で異物が見えた場合は取り除いてください。

## 出血に対する手当

- 出血が多いほど、迅速に止血手当をしなければなりません。
- 急速に血液が失われると重篤な状態となり、生命に危険を及ぼします。
- 出血に対する手当は、直接圧迫止血法が基本になります。

#### 直接圧迫止血法

- 出血部位を圧迫し、包帯する。
- きれいなガーゼやハンカチなどを傷口に当て手で圧迫する。
- 片手で圧迫しても止血しない時は、両手で体重を乗せながら圧迫止血する。
- 感染を防ぐため、血液に直接触れないように、できるだけビニール手袋やビニール袋を使用してください。



## eラーニング

- eラーニングは、救命講習の事前学習として用いられる電子学習の1つですが、もし心肺蘇生法を忘れた場合、思い出す手段としても活用できます。

岡山市 eラーニング

検索



## 応急手当後、不安を感じたら

- 岡山市消防局では、救急隊が到着するまでの間、勇気を持って心肺蘇生などの応急手当をしてくださった方の、心的ストレス緩和のために相談窓口を設けています。
- 下のカードは、救急隊が応急手当をしてくださった方に渡しているものです。もし、応急手当で不安を感じる場合は、カードに記載の電話番号に連絡ください。



#### 応急手当を行ってくださった方へ (岡山市消防局)

救急隊が到着するまでの間、勇気を持って応急手当にあたっていただき、ありがとうございました。  
※救急現場において、目撃したこと、応急手当をおこなったことでなにか不安なことがありましたら、裏面の相談窓口にご連絡ください。

#### 相談窓口

岡山市消防局 救急課救急指導係  
電話番号：086-234-9977  
(平日の8:30~17:00まで)

協力病院: 総合病院 岡山赤十字病院



# 命を救う

# 応急手当

## 繋ごう! 命のボタン



救急車が到着するまでの間にあなたにもできることがあります。

救命の第1走者として「救命のリレー」をスタートしましょう。



あなたの

## 「心肺蘇生」で

救える命が、今そこにあります!



岡山市消防局

## 救命の連鎖

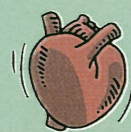


## AED(自動体外式除細動器)



- いずれも電源オンで音声の流れます。メッセージに従って操作してください。
- コンピュータが自動的に電気ショックが必要かどうか判断(解析)します。

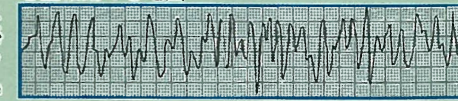
### 心臓のリズム



正常なリズムの心電図



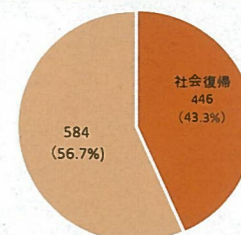
心室細動の心電図



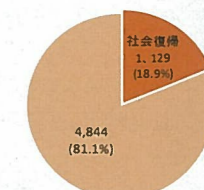
- 岡山市内のAED設置場所を調べてみてください。(尚、市内全てのAED設置施設を掲載しているものではありません。)

岡山市 AED 設置施設

検索



住民が救急隊の到着前に電気ショックを行った場合 (1,030 例)



救急隊が到着後に電気ショックを行った場合 (5,973 例)