

掌握急救复苏法

救护车到达一般需要约6分钟。但心脏停止后每过1分钟，存活概率就下降7~10%。为了挽救宝贵的生命，应掌握急救复苏法。

一次抢救处置的流程

1 确认有无反应

首先确认是否有反应。一边大声呼喊“你还好吗？”，一边轻拍受害者的肩部。



2 拨打119和准备自动体外除颤仪(AED)

如果对呼喊无反应便是“无反应”。大声求助周围的人“快拨打119”，“快找一台自动体外除颤仪来”，作出指示，请求协助。周围无人时，自己拨打119。



3 确认呼吸

看着受伤者的胸腹部，确认有无呼吸。有上下起伏动作为“有呼吸”。如果不动，或者动的和平时不一样（打嗝般的间断性呼吸），则判断为“无呼吸”（心脏停止），立即实施胸骨按压。



4 按压胸骨处

①大致在胸部正中（左右、上下的正中）位置，两手掌心向下重叠放置。手指交叉也可。对小孩可用单手。婴幼儿时用2根手指。
②双肘伸直，使肩部在手掌正上方的位置。
③在伤者胸部位置，向下按压约5cm（幼儿·婴儿为胸部厚度的三分之一以上），用力且快速地重按压。按压的频率为“每分钟100~120次”。
④按压和按压之间，应解除压力使胸部充分恢复到原来的高度。



5 按压胸骨和人工呼吸的组合

在急救队或自动体外除颤仪(AED)到达前，反复实施“按压胸骨30次和人工呼吸2次”的组合。也可省略人工呼吸，仅反复按压胸骨。

- 一分钟100~120次的频率
- 向下按压胸部约5cm
- 心肺复苏就是实施按压胸骨30次和人工呼吸2次的1个循环

※如果有不必直接口对口进行人工呼吸的防感染用具时也可使用



人工呼吸的方法

①单手按住受伤者的额头，另一只手的指尖抬起下巴（确保气道通畅）。
②用按额头的手捏住受伤者的鼻子，张大嘴紧密贴在受伤者的嘴上。
③吹气约1秒，至伤者胸部略微鼓起为止。
④将嘴拿开，等待伤者自然呼气。之后再行第二次的吹出。

※当不熟悉人工呼吸的方法，或是对于口与口直接接触有抵触心理时，也应重复按压胸部。
※如果有不必直接口对口进行人工呼吸的防感染用具时也可使用



救急安心中心大阪

不知如何是好时...请拨打 #7119

手机·固定电话(按键线路) 06-6582-7119 (固定电话IP·拨号线路)

< 救急时直接拨打119 >

吹田市消防本部 24小时 365天体制



掌握自动体外除颤仪(AED)的使用方法

自动体外除颤仪(AED)是救治心脏停止病人的装置。能够使心脏恢复正常的泵机能。设计简便，一般人也会使用，让我们掌握其使用方法吧。

自动体外除颤仪(AED)的使用流程

6 自动体外除颤仪(AED)的准备

将自动体外除颤仪放在受伤者的胸部左侧。通过语音提示和闪灭灯，自动体外除颤仪会向救助者发出操作指示。应冷静遵照指示行事。



7 打开盖子(接通电源)

打开盖子后就会自动接通电源。之后，按照语音提示进行操作。
※有些机种，需要将自动体外除颤仪主体从盒子中取出，按下电源按钮。
※自动体外除颤仪的使用对象，是心脏突然停止的受伤者。用于既无意识也无呼吸者。



8 安装电极垫

从袋中取出2个电极垫，紧密无缝地贴在胸部右上方（锁骨下方胸骨右侧）和胸部左下侧（腋窝下5~8cm）。详细位置，标示在装电极垫的袋子上。
※有些机种，需要将电极垫的电线插入自动体外除颤仪本体内部。



9 解析心电图

贴上电极垫，就会发出请离开受伤者的语音提示，为了判断是否需要除颤，自动开始心电图解析(有的机种需要按下“解析按钮”)。



10 实施电击

当自动解析判断需要实施电击时，按照语音提示实施操作。再次确认没有任何人接触受伤者之后，按下除颤按钮。电击后，按照语音提示，立即开始心肺复苏。
※实施除颤后，受伤者的全身肌肉会出现瞬间抖动。



11 反复实施心肺复苏与自动体外除颤

①的电击之后
在⑩的结果发出“不需要电击”等语音提示时
上述任何情况下，都应当立即实施⑥的心肺复苏。开始心肺复苏2分钟（按压胸骨30次、人工呼吸2次约5个循环）后，自动体外除颤仪自动开始解析心电图，再次发出“要/不要电击”的指示。需要实施电击时，之后按此顺序（电击1次→心肺复苏2分钟）重复操作，直至交给给急救队员或医生。如果中途恢复了平时的呼吸等时，应停止心肺复苏。使其处于恢复体位（继续安装着自动体外除颤仪侧卧）的状态，继续观察。
※即使发出“不要电击”的语音提示，如果尚未恢复正常呼吸，仍应继续实施心肺复苏。



急救医疗信息工具箱配送项目

什么是急救医疗信息工具箱
~以防万一，将必要的信息储藏在冰箱内~

为了保证独自居住的老年人等能安心、安全，可将经常就诊的医院及患有何种疾病等医疗信息、紧急联络方式等信息放入专用的容器内，保存在自己家中的冰箱内，以备紧急情况下的不时之需。

在“万一”的情况下，赶来救援的急救队员，可通过工具箱内的信息，做出合适的、迅速的处理，并可以顺利地与您和家人取得联系。

配送的对象
· 约65岁以上的独自居住的老年人
· 约65岁以上的仅老年人的家庭
· 白天独自在家约65岁以上的老年人

申请方法、配送场所
在窗口填写申请书，领取工具箱。

详情请咨询 福祉部 高龄福祉室



※请参照大阪府的AED地图(<http://osakaaed.jp/>)。关于吹田市公共设施的自动体外除颤仪(AED)设置地点，请参照卷末的防灾地图。

地震、海啸
火灾
风灾水灾、泥石流灾害
都市型灾害
做好日常防备
地区防灾
防灾地图

26

27