

## 2 心肺蘇生法の手順

### 1 意識を調べる

- 傷病者に近づき、その耳もとで「大丈夫ですか」または「もしもし」と呼びかけながら、傷病者の肩を軽くたたき、反応があるかないかを見る。

#### ポイント

- 呼びかけなどに対して目をあけたり、何らかの反応があれば「意識あり」。何も反応がなければ「意識なし」と判断する。
- 交通事故などで、頭や首にけががある場合やその疑いがあるときは、体を揺すったり首を動かしてはならない。
- 意識があれば傷病者の訴えを聞き、必要な応急手当を行う。



### 2 助けを呼ぶ

- 意識がなければ大きな声で、「だれか救急車を呼んで」と助けを求める。

- ➔ 協力者がきたら、119番へ通報し救急車を要請してもらう。もしだれもいなければ、119番通報をまず行う。

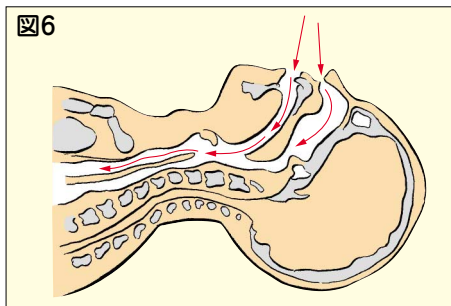


### 3 気道の確保 (空気が鼻や口から肺に達するまでの通路を開く)

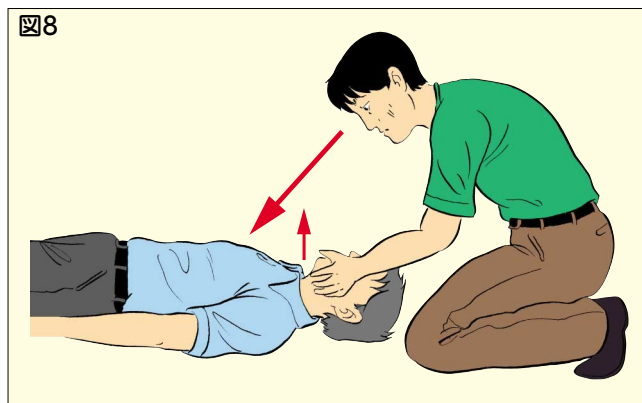
- 片手を額に当て、もう一方の手の人差指と中指の2本をあご先（おとがい部）に当て、これを持ち上げ、気道を確保する。

#### ポイント

- 指で下あごの柔らかい部分を圧迫しない。
- 頭を無理に後ろに反らせない。



頭部後屈あご先<sup>きよしょうほう</sup>拳上法



↑首のけがが疑われる場合は、両手で下あごのみを引き上げる。  
下顎<sup>かかく</sup>拳上法