

- 1分間に100回の速さで15回圧迫する。



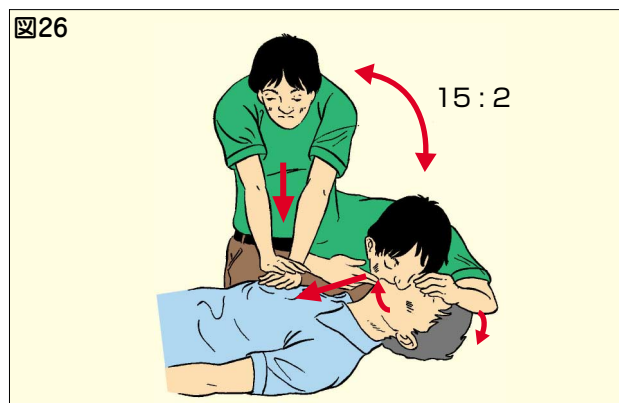
↑斜めに圧迫しない。



↑肘を曲げて圧迫しない。

### 8 心肺蘇生法の実施 (心臓マッサージ15回と人工呼吸2回の組み合わせを継続する)

- 15回の心臓マッサージと、2回の人工呼吸のサイクル(15:2)を繰り返す。
- 人工呼吸は1回の吹き込み時間に2秒かけて、5秒に1回の速さで行う。
- 最初に、心臓マッサージ15回と人工呼吸2回のサイクルを4サイクル行った後に、循環のサインの有無を10秒以内に調べる。その後は、心臓マッサージ15回と人工呼吸2回のサイクルを繰り返し、2~3分ごとに、循環のサインの有無を10秒以内に調べる。



#### ポイント

- 心臓マッサージ15回と人工呼吸2回のサイクルを、救急隊員が到着するまで続ける。
- もし、救助者が2人以上いる場合は、1人が119番通報し、もう1人が心肺蘇生法を行う。そして、心肺蘇生法を実施している人が疲れた場合には、他の人が代わって心肺蘇生法を続ける。
- もし途中で循環のサインが見られた場合には、呼吸が不十分であれば人工呼吸のみを続け、十分な呼吸も見られるならば、気道を確保しながら回復体位にする。