



**1** 大声で119番とAED※の手配

※AEDは、心停止した心臓に電気ショック(除細動)を与え、心臓の拍動を正常に戻す救命器具です。

**2** 普段通りの呼喚がなければただちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を開始!  
強く、速く、絶え間なく!!

**3** 人工呼吸ができる場合は、気道を確保して人工呼吸を行う。



気道の確保

胸骨圧迫(心臓マッサージ)  
30回に人工呼吸2回の割合で



●人工呼吸ができなかったり、ためられる場合は、胸骨圧迫(心臓マッサージ)だけを続けてください。

**4** AEDが到着

電源を入れて(ふたを開けると電源が入る機種もあります)電極パッドを装着し、音声ガイドに従ってください。どなたにも簡単に扱えます。



電気ショック後ただちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を再開します。

その一言が、命を救う! 心肺蘇生法

「大丈夫ですか?」

もしあなたの目の前で人が倒れたら、どうしますか? 救急車の平均到着時間は約8.2分といわれています。その間に、あなたにできることがあります。命のリレーに参加してください。

心肺蘇生法をブックマーク

いざというときのために、心肺蘇生法を持ち歩きましょう。

対応機種をお持ちの方はQRコードからブックマークできます。  
<http://www.med.or.jp/mobile/99/>



9月9日は「救急の日」9月8日～9月14日は救急医療週間  
お問い合わせは、地域医師会、日本赤十字社、消防署まで。

