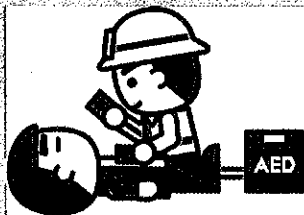


# 救急手帳



鹿児島市消防局

鹿児島市消防局

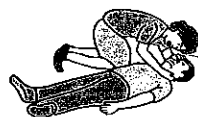
住所：山下町15番1号

電話：099-222-0119 FAX：099-227-3119

火事や救急は **119番**

携帯電話からも119番

傷病者の発生 ⇒ 安全の確認 ⇒ 反応がない



もしもし  
大丈夫ですか？

## 119番通報とAEDの手配

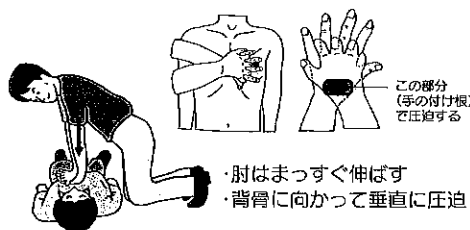
### 呼吸の確認（10秒以内）

胸と腹部の動き（呼吸をするたび上がり下がったりする）を少し離れて全体的に見て、呼吸の有無を確認する

### 心肺蘇生法

胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を絶え間なく行う  
※ 人工呼吸がためられる場合は、胸骨圧迫のみを行ってください。ただし、子どもや溺水、窒息などでは人工呼吸や胸骨圧迫を組み合わせた心肺蘇生法を行うことが望まれます。

### 胸骨圧迫 1~2分を目安に交代する



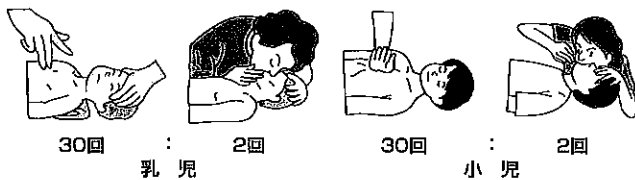
胸に当てる手の位置と圧迫方法

強く：成人の場合少なくとも5cm胸が沈み込む程度  
速く：圧迫のテンポは少なくとも1分間に100回  
絶え間なく：30回を繰り返す（中断は最小にする）

### 人工呼吸

子どもや溺水、窒息以外は省略可  
※ 人工呼吸は裏面参照してください。

## 乳児（1歳未満）・小児（1歳以上思春期まで）の心肺蘇生法



### 乳児（1歳未満）

両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安とする胸の真ん中を、2本指で押す

### 小児（1歳以上思春期まで）

両手または片手で胸の厚さの1/3沈む程度圧迫

※ 胸骨圧迫30回完了を待たずに人工呼吸を行ってください。  
※ ハンカチやガーゼなどで感染防止に努めてください。

## 救急車を呼ぶときはあわてずに…119番

「119番です。火事ですか、救急ですか？」  
「場所はどこですか？」  
「どうされましたか？」

- ・ 事故や急病、性別、年齢、倒れた時の症状などを質問します。
- ・ 呼びかけて反応はあるか、呼吸は普段通りか確認  
⇒ 必要に応じて心肺蘇生法を開始してください。
- ・ 「あなたのお名前と電話番号を教えてください。」
- ・ 救急車の誘導をお願いします。

**119番通報すると、応急手当等を電話で指導します。**

**用意しておくもの：**保険証や診察券、普段飲んでいる薬

**救急隊へ伝えること：**倒れた状況や時間、行った応急手当の内容、かかっている病気、かかりつけの病院など

## 救命処置の手順 まず、安全を確保する

- ① 反応を確認する：「もしもし。大丈夫ですか？」やさしく肩をたたきながら大声で呼びかける
- ② 大声で助けを呼ぶ：119番通報とAEDの手配
- ③ 呼吸の確認：胸と腹の動きをみる  
迷った時や普段通りでないときは心肺蘇生法を行う
- ④ 心肺蘇生法：胸骨圧迫30回と人工呼吸2回（省略可）  
子どもや溺水、窒息の場合は人工呼吸を行う
- ⑤ AEDの使用：心電図の解析→必要ならば電気ショック  
音声メッセージとランプに従う
- ⑥ 救急隊到着まで心肺蘇生法を行う  
AEDは電極パッドを胸からはがさず、電源もいれたまま

## AEDの使用 音声メッセージとランプに従う

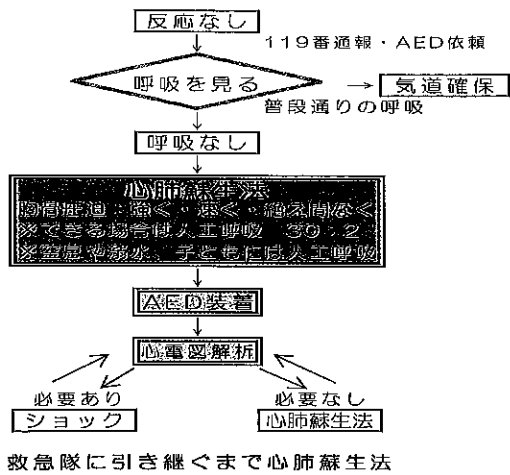
衣服を取り除き、電極パッドを直接肌に貼る

- ・ 胸が濡れているときは、乾いた布やタオルで拭く
- ・ 貼り薬がある場合は、貼り薬をはがし、薬剤をふき取りパッドを貼る
- ・ 医療器具が胸に挿え込まれている場合は、出っ張りを避けパッドを貼る

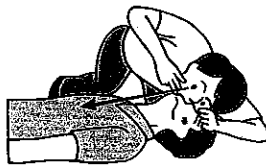


### 子どもへの使用

乳児を含めた未就学児：小児用の電極パッドを使用  
小児用モードの機能がある機種は、小児用に切り替えて使用する（なければ、成人用の電極パッドを使用する）  
小学生以上：成人用の電極パッドを使用



人工呼吸 吹き込みは2回、10秒以内に胸骨圧迫を開始



胸が上がるの見えるまで  
約1秒間かけて2回吹き込む

気道確保：額を押さえて、あごの先端を指先で上げる  
鼻をつまむ：息が漏れないようにする

※ ハンカチやガーゼなどで感染防止に努めてください。

## 異物除去



### 腹部突き上げ法

みぞおちとへその間に握りこぶしを当て、もう一方の手でこれをつかみ手前上方に圧迫するように突き上げる

※ 妊婦や乳児には禁止です。



### 背部叩打（こうだ）法

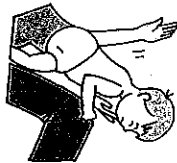
傷病者の後方から手のひらの基部で左右の肩甲骨の間を強く何度も連続して叩く

## 異物除去（1歳未満の子ども）



### 胸部突き上げ法

片方の腕に乳児の背中をのせ、手のひら全体で後頭部をしっかりと持ち頭が下がるように仰向けにし、もう一方の手の指2本で胸の真ん中を力強く数回連続して圧迫する



### 背部叩打（こうだ）法

片方の手で乳児のあごをしっかりと持ち、その腕に胸と腹を乗せて頭が下がるようにしてうつ伏せにし、もう一方の手のひらの基部で背部を力強く数回連続して叩く

## 傷病者の体位



### 回復体位

意識がない場合



腹痛を訴えている場合



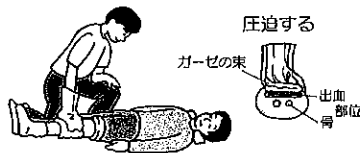
呼吸の苦しさを訴えている場合

## 傷口の手当

傷口をすみやかに水道水など清潔な流水で十分に洗い、洗浄後すみやかに医師の診察を受ける

## 止血法

出血部位を確認し、ガーゼ、ハンカチやタオルなどを重ねて出血部位に当てて、その上から圧迫する



※ 血液感染の恐れがあるので、ビニール手袋を着用するか、ビニール袋を手袋の代わりに使用してください。

## 休日・夜間の診療

休日在宅医 <http://www.city.kagoshima.med.or.jp/kyuuujitu>

診療時間は休日の午前9時から午後6時までです。

上記の時間以外は、夜間急病センターをご利用ください。

・ 下記のQRコードを携帯電話のバーコードリーダー機能で読み取って下さい。

・ PCやスマートフォンからは、直接アドレスを入力してください。

### 鹿児島市夜間急病センター

鹿児島市鴨池二丁目22-18

電話：099-214-3350



### 休日急患歯科診療

電話：099-223-0378

鹿児島市医師会

### 鹿児島市薬剤師会夜間救急薬局

電話：099-206-2811

休日在宅医検索

## AEDの設置場所（市及び県施設のみ）

鹿児島市施設や鹿児島県関係施設の設置箇所一覧表を鹿児島市ホームページや鹿児島市地図情報システム「かごしまiマップ」でご覧いただけます。

「かごしまiマップ」携帯電話版

<http://wagmap.jp/kagoshima>

・ 右記のQRコードを携帯電話のバーコードリーダー機能で読み取って下さい。

・ PCやスマートフォンからは、直接アドレスを入力してください。



鹿児島市  
携帯版サイト

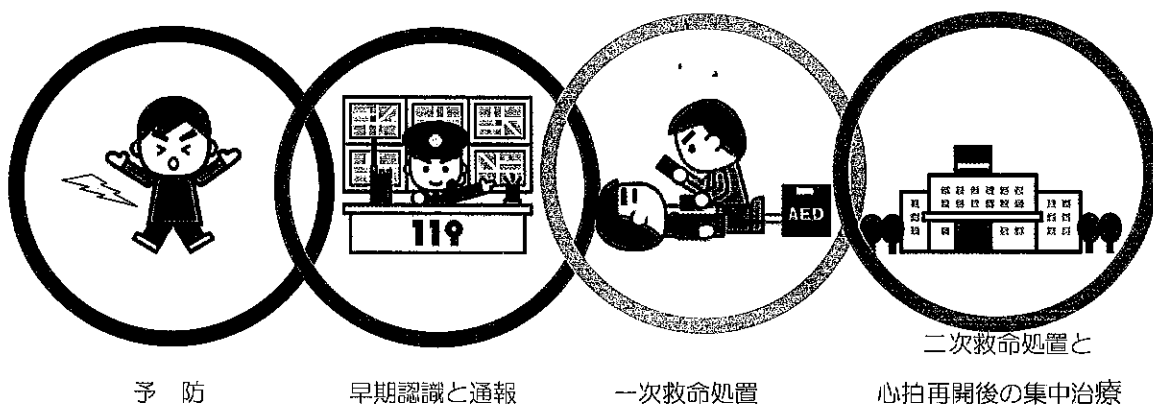
# 応急手当講習テキスト

はじめに

救急蘇生法は、容態が急変した人の命を守り救うために必要な知識と手技のことです。

実際の救急蘇生法では、手順や手技の正確さよりも急変した傷病者の命を救うために「何か役立つこと」を迅速に始めることが大切です。もし目の前で倒れた人に遭遇したら、勇気をもって、覚えていることをわずかでも実施してあげてください。

自分の大切な家族、友人、そして隣人の命を守り救うために、そして見知らぬ市民同士がお互いに「命を慈しみ合う」安心で安全で温かな社会を作るために、救急蘇生法を学んでください。



## 「救命の連鎖」1つめの輪：心停止の予防

子どもの心停止の主な原因のけが、溺水、窒息などを未然に防ぐ。  
急性心筋梗塞や脳卒中の初期症状に気づき、救急車を要請する。

## 「救命の連鎖」2つめの輪：心停止の早期認識と通報

突然倒れた人や反応のない人は心停止を疑う。認識したら119番通報を行う。  
119番通報を行うと電話を通して応急手当等の指導を受けることができるので、できるだけ正確に伝える。

## 「救命の連鎖」3つめの輪：一次救命処置

市民による心肺蘇生法により心臓や脳に血液を送り、AEDによる心拍再開を試みる。

## 「救命の連鎖」4つめの輪：二次救命処置と心拍再開後の集中治療

救急救命士や医師による薬剤や気道確保器具等を利用した二次救命処置を行う。

## 救命の連鎖と市民の役割

急変した傷病者を救命し、社会復帰させるために必要となる一連の行いを「救命の連鎖」といいます。「救命の連鎖」を構成する4つの輪がすばやくつながると救命効果が高まります。

「救命の連鎖」における最初の3つの輪は、現場に居合わせた市民によって行われることが期待されます。たとえば、市民が心肺蘇生法を行った場合は、行わなかった場合に比べて生存率が高いこと、あるいは市民がAEDによって除細動を行ったほうが、救急隊が除細動を行った場合よりも早く実施できるため生存率や社会復帰率が高いことがわかっています。市民は「救命の連鎖」を支える重要な役割を担っているのです。

鹿 児 島 市 消 防 局