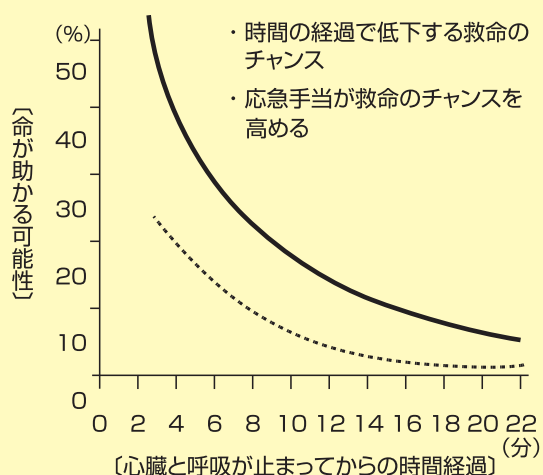


■ 応急手当の基礎知識

私たちは、いつ、どこで、突然のけがや病気におそわれるか予測できません。
 このような時、病院へ行くまでにできる手当を「応急手当」といいます。
 また、様々な原因で呼吸が止まったり心臓が止まったりした場合には、救急車
 が来るまでにその場に居合わせた人が手当をしないと命は助かりません。
 このような時に行う応急手当を特に『救命処置』といいます。



応急手当と救命曲線



Holmberg M : Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest patients in Sweden. Resuscitation 2000 ; 47 (1) : 59-70. より引用・改変

救命の連鎖

大切な命を救うために必要な行動を、迅速に途切れることなく行う重要性を表しています。



心停止の予防

心筋梗塞や脳卒中の初期症状を見逃さない



心停止の早期認識と通報

おちついて、はっきりと119番に通報する



一次救命処置（心肺蘇生とAED）

救急車の到着前に心肺蘇生法やAEDによる応急手当を行う



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二次救命処置

みんなでチェック

突然の心停止を防ぐために～予防救急～

突然の心停止では、ただちに心肺蘇生を行うことで傷病者の救命が期待できますが、より望ましいのは心停止になること自体を防ぐことです。成人では急性心筋梗塞や脳卒中の症状に早期に気づいて、心停止を未然に防ぐことが重要です。それ以外にも窒息、入浴中の事故、熱中症、運動中の心停止、アナフィラキシーなどによる心停止も防ぐことができます。子どもでは不慮の事故、とくに交通事故や水の事故などから守ることが心停止の予防に重要です。
 また、転倒での事故を予防するなど、救急車を呼ばなくて良いように普段の生活から「予防救急」について考えておくことも必要です。

いざという時のために



福岡市消防局では、救命講習を実施しております。救命講習の日程などは、最寄りの消防署、消防本部または消防局ホームページでご確認ください。



福岡市救命講習案内

■ ためらわず救急車を呼んでほしい症状

こんな症状がみられたら、**ためらわずに119番に連絡してください！**

重大な病気やけがの可能性がります。

小児(約16歳未満)

顔

- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い

胸

- 激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- 呼吸が弱い

手・足

- 手足が硬直している

頭

- 頭を痛がって、けいれんがある
- 頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある

おなか

- 激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
- 激しいおなかの痛みで苦しい
- 嘔吐が止まらない
- 便に血がまじった

大人

顔

- 顔半分が動きにくい、または、しびれる
- ニッコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- ろれつがまわりにくく、うまく話せない
- 見える範囲が狭くなる
- 突然、周りが二重に見える
- 顔色が明らかに悪い

手・足

- 突然のしびれ
- 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる

頭

- 突然の激しい頭痛
- 突然の高熱
- 支えなしで立てないくらい急にふらつく

胸や背中

- 突然の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難
- 胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2～3分続く
- 痛む場所が移動する

おなか

- 突然の激しい腹痛
- 激しい腹痛が持続する
- 血を吐く
- 便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

意識の障害

- 意識がない(返事がない)又はおかしい(もうろうとしている)
- ぐったりしている



じんましん

- 虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった



飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない



吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、意識がもどらない

けが・やけど

- 痛みのひどいやけど
- 広範囲のやけど
- 大量の出血を伴うけが



事故

- 交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた



◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

出典：消防庁ホームページ (<http://www.fdma.go.jp/>)

救急車? 病院? 迷ったら

#7119

福岡県救急電話相談・医療機関案内

#7119でつながらない場合は092-471-0099におかけください。

家族が高熱!!
いま診療してくれる
病院はどこ?

24時間受付
年中無休

救急車の利用や
最寄りの医療機関に
ついてアドバイスします。

急な腹痛やケガ!!
いますぐ救急車を呼ぶ?
いま診療してくれる
病院はどこ?

救急電話相談の流れ #7119でつながらない場合は092-471-0099におかけください。

自動音声ガイダンス

医療機関を探す
1を押す

救急相談したい
2を押す

救急医療情報センター

救急医療機関のご案内

救急相談

救急相談として受けられない内容
◎医師の診断内容に関する相談
◎医療機関の対応に関する相談 等

緊急時は、迷わずに**119番**へ! [突然の激しい頭痛
◎急な息切れ ◎呼吸困難 等]

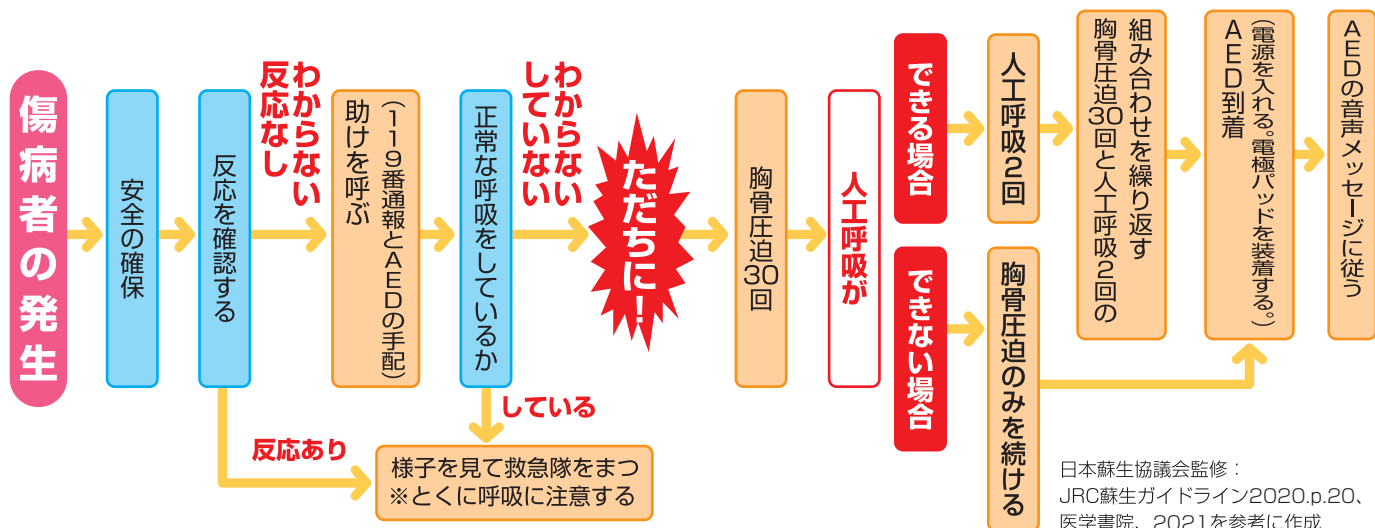
福岡県
Fukuoka Prefecture

心肺蘇生の流れ

「BLSをマスターしよう」 「救命ドラマ撮ってみた」



このQRコードから「心肺蘇生法」に関する動画を見ることができます。



日本蘇生協議会監修：
JRC蘇生ガイドライン2020,p.20、
医学書院、2021を参考に作成

※新型コロナウイルス感染症流行期の場合、傷病者の鼻と口をマスクなどで覆うことが重要です。
成人には、人工呼吸の技術と意思があっても実施しません。

1. 安全を確認

周囲の状況が安全かどうか確認します。

- 危険がある場合には傷病者に近づかず警察や消防の到着を待ったほうがよいこともあります。

2. 反応の確認

傷病者に近づき、耳で「大丈夫ですか」「もしもし」などと呼びかけながら傷病者の肩を軽くたたき、反応(意識)があるかないかを確認します。

●反応があるとき

反応があれば傷病者の訴えを聞き、必要な手当を行います。



3. 助けを呼ぶ

●反応がない、わからないとき

反応があるかわからないときは大きな声で助けを求め、協力者がきたら「救急車を呼んでください!」「AEDを持ってきてください!」と要請します。だれもいなければ、まず自分で119番通報することを優先します。119通報をすると電話を通して、あなたや応援に来てくれた人が行うべきことを指導してくれる「口頭指導」を受けることができます。



4. 呼吸をみる

胸と腹部の動き(呼吸をするたびに上がったり下がったりする)をみます。動いていなければ心停止と判断します。(10秒以内で確認する)普段どおりの呼吸かどうかかわからないときも胸骨圧迫を開始します。



このQRコードから「死戦期呼吸」の動画を見ることができます

ポイント

心停止が起こった直後には、しゃくりあげるような途切れ途切れに起きる呼吸がみられることがあります。この呼吸を「死戦期呼吸(あえぎ呼吸)」といいます。死戦期呼吸は、正常な呼吸(普段どおりの息)ではありません。



普段どおりの呼吸があるかどうかを観察

5. 胸骨圧迫!「強く」「速く」「絶え間なく」

ただちに胸骨圧迫を開始します。

●胸骨圧迫30回

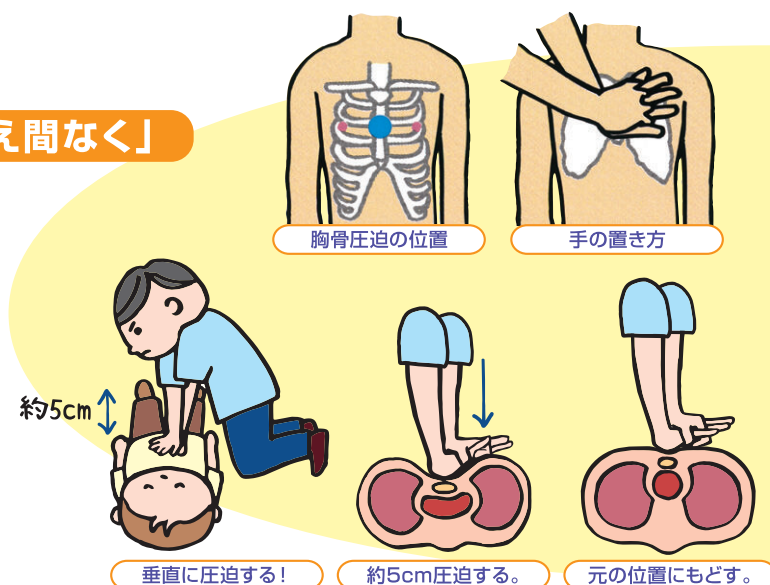
(胸骨圧迫により血液を循環させます。)

胸骨の下半分(胸の真ん中が目安)に

片方の手のひらの基部(手首に近い部分)をあて、もう片方の手を重ねて組みます。

垂直に体重が加わるように腕をまっすぐ伸ばし、組んだ手の真上に肩が来るような姿勢にし、傷病者の胸が約5cm沈み込む程度に強く速く圧迫を繰り返してください。

圧迫のテンポは1分間に100回~120回です。



人工呼吸ができる(知識がある)場合は以下の手順に進む。人工呼吸の知識がない、傷病者に出血があるなどにより人工呼吸ができない場合は胸骨圧迫のみを継続する。

6. 気道の確保

片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先に当て、頭を後ろにのけぞらせ、あごを持ち上げて気道(空気の通り道)を確保します。



7. 人工呼吸(口対口人工呼吸)

人工呼吸を開始。気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみます。その後、自分の口を大きくあけて傷病者の口を覆い、空気が漏れないようにして、1回約1秒間かるく胸が上がる程度吹き込みます。一度口を離し、もう1回行います。



ポイント

1回目の吹き込みで胸が上がらなかった場合には、もう一度気道確保をやり直し、吹き込みを試みます。うまく胸が上がらない場合でも、吹き込みは2回までとし、ただちに胸骨圧迫に進みます。(胸骨圧迫の中断が10秒以上にならないように)



8. 心肺蘇生の継続(胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ)

30回の胸骨圧迫と2回の人工呼吸のサイクル(30:2)を繰り返します。

心肺蘇生を中止するのは

① 普段どおりの呼吸が戻って呼びかけに反応したり、目的のある仕草が認められた場合

② 救急隊に引き継いだとき

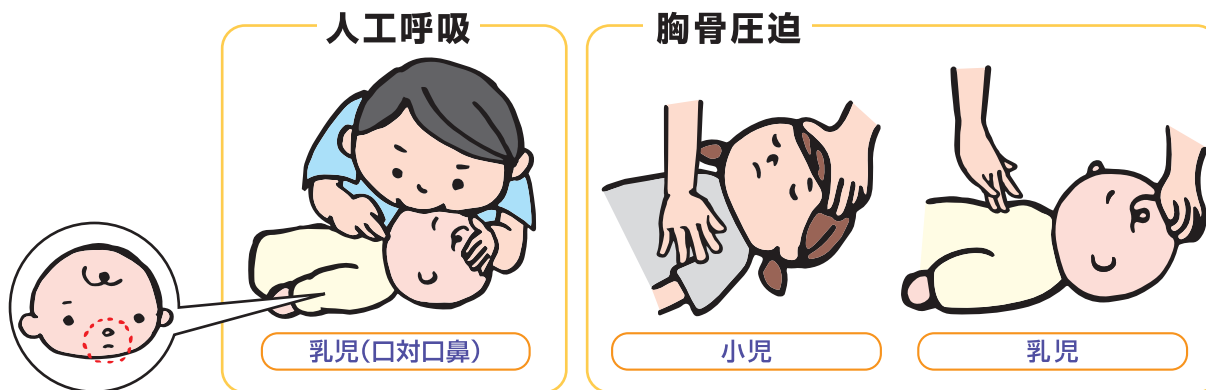
※心肺蘇生を中断した場合は、反応の有無や呼吸の様子を繰り返し見ます。呼吸がとまったり、普段どおりでない呼吸に変化した場合はただちに心肺蘇生を再開します。



■ 小児・乳児の心肺蘇生

● 子供や赤ちゃんの場合

基本的には成人と同じ流れですが、人工呼吸の吹き込み方法と胸骨圧迫の位置・方法・深さが変わります。



● 胸骨圧迫

対 象	人工呼吸	圧迫の位置	圧迫の方法	圧迫の深さ	回数比	圧迫の速さ
成人	口対口	胸の真ん中	両手の 手のひらの 付け根で	胸が約5cm 沈むように	胸骨圧迫： 人工呼吸 ＝30：2	1 分間に 1 0 0 回 ～1 2 0 回
小児 (約1歳以上約16歳未満)			両手または 片手の手の ひらの付け根で	胸の厚さの 約3分の1くぼむ まで押す		
乳児 (12ヵ月まで)	口対口鼻	乳首を 結ぶ線より 少し足側	指2本で			

Q 救命処置に関わって訴えられないか？

A 一般市民が善意で実施した応急手当については、原則として、その結果の責任を法的に問われることはないと考えられています。



救マーク制度

「救マーク」とは、多くの方が出入りする施設で利用者がケガや急病で倒れたとき、従業員が迅速・適切に応急手当や救急車の手配ができ、「**安心して利用できる施設**」であることを表示するものです。

ところであなたの施設は「安心して利用できる施設」ですか？

「安心施設の目印」救マークの認定を受けませんか？



【認定要件】

- ① 救命講習を受講した従業員が原則としてその施設の公開・営業時間中に勤務し、速やかに応急手当が実施できること。
- ② 救急事案が発生した場合、救急隊とのスムーズな連絡が行える連絡体制や搬送経路等を記載した救急活動計画書を策定していること。

など、詳しくは、消防局救急課へお問い合わせ下さい。

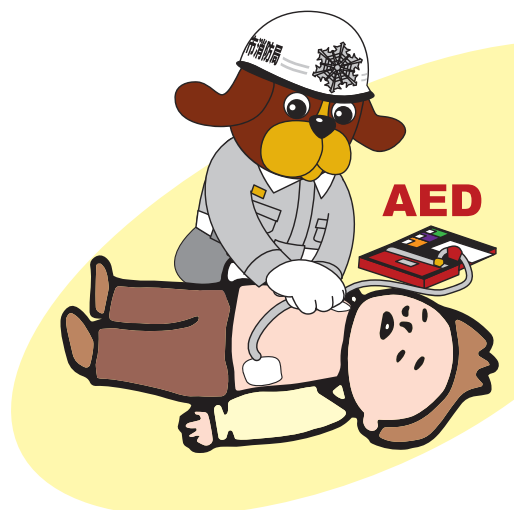
※ 令和5年12月末日時点 869施設認定

AEDについて

AEDが届く（又は近くのAEDを自分で持ってくる）

AED使用上の注意事項

- 1 傷病者の反応がないことを確認する。
- 2 乳児を含めた未就学児（およそ6歳まで）には未就学児用パッドを使用（ない場合は大人用を代用する。大人に未就学児用パッドは使用しない。）
- 3 体が濡れている場合はタオル等で拭き取ってからパッドを貼る。
- 4 胸部にペースメーカーが植め込まれている場合は、その場所を避けてパッドを貼る。貼り薬がある場合は、まずはこれを剥がし残った薬を拭いてパッドを貼る。



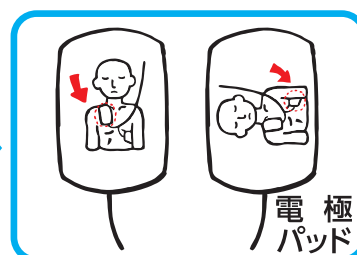
AEDを準備する

- 1 AEDを準備する（2人いる場合、一人は心肺蘇生を続ける。傷病者の頭の近くに置くと操作しやすい。）



電源を入れる

- 2 ケースから取り出し電源を入れる。あとはメッセージに従って行動する。
※機種によってふたを開けると自動的に電源が入るタイプがある。



- 3 電極パッドのイラストに従い傷病者の胸（心臓を挟む位置）に貼りコネクタを接続する。
※必ず素肌に貼ること。



ただちに心肺蘇生を再開

- 6 ただちに胸骨圧迫30回と人工呼吸2回繰り返す。心肺蘇生を開始し2分経ったらAEDは自動的に解析するので、音声メッセージに従う。



除細動の指示が出たら通電ボタンを押す

- 5 解析の結果が音声で知らされる。ショックが必要な場合、音声に従ってショックボタンを押す。ショックが不要な場合、手順6へ。



傷病者から離れる

- 4 自動的に心電図を解析する。誰も傷病者に触れていないことを確認する。

AEDの機種によっては、このテキストの手順と異なる音声メッセージが流れるものがあります。その場合には、その機種のメッセージに従ってください。

■ 異物除去法 食べ物などの異物が口に詰まった場合など

食物や小さなおもちゃなどの異物をのどに詰めた場合、話ができなくなり、呼吸が止まる場合があります。このような場合は、すぐに異物を取り除かなければなりません。

●意識がある場合

▶ 傷病者が咳をすることが可能であれば咳を続けさせます。
できない場合は下記の方法を試みます。

成人

●背部叩打法



肩甲骨と肩甲骨の間をすばやく手の平の根元で叩き異物を除去する方法

●腹部突き上げ法



みぞおちとへその中間部分を上内側方向に圧迫し異物を除去する方法

ポイント

※腹部突き上げ法の禁忌
次のような人に対しては腹部突き上げ法による異物除去を行わない。
・12ヵ月までの乳児
・意識のない傷病者
・妊娠後期の女性



小児(約1歳以上約16歳未満)

成人と同じ方法で背部叩打か、腹部突き上げ法を行います。

乳児(12ヵ月まで)

背部叩打と胸部突き上げを実施します。

●胸部突き上げ法



●背部叩打法



●反応がない場合

▶ 心肺蘇生を開始します。
胸骨圧迫の途中で口の中に異物が見えたならば異物を取り除きます。

■ 止血法

けが(外傷)などで出血が多い場合は命の危険があり、できるだけ早い止血が望めます。

観察のポイント

出血は、どこからどのように、どのくらいか?

●噴き出るような出血か



●にじみ出るような出血か

●わき出るような出血か

直接圧迫止血法

傷口を十分に押さえる大きさの清潔なガーゼやタオルを当て、その上を強く押さえます。傷口を心臓より高くしておきます。



ポイント

感染防止のため直接血液にふれないようにする。



●福岡市の救急医療体制●

救急車を呼ぶ前に

●救急相談、医療機関の紹介

救急医療情報センター 福岡県救急電話相談	24時間受付、年中無休 すぐに病院に行った方がいいか、救急車を利用した方がいいかなどをアドバイスします。	#7119 又は092-471-0099
ふくおか医療情報ネット	診察可能な医療機関の検索、医療に関する各種相談窓口の紹介など。	http://www.fmc.fukuoka.med.or.jp/

●子どもの救急に関する相談

小児救急医療電話相談	夜間に、子どもの急な病気、ケガに関する相談に看護師がアドバイスします。 (平日19時から翌朝7時まで、土曜12時から翌朝7時まで、日祝7時から翌朝7時まで)	#8000 又は092-661-0771
こどもの救急	夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかなどの判断の目安等の情報	http://kodomo-qq.jp/

●休日や夜間の救急医療体制

施設名	住所	連絡先
急患診療センター	早良区百道浜1丁目6-9	092-847-1099
東急患診療所(東保健所内)	東区箱崎2丁目54-27	092-651-3835
博多急患診療所(博多保健所内)	博多区博多駅前2丁目19-24	092-441-0020
南急患診療所(南保健所内)	南区塩原3丁目25-3	092-541-3299
城南急患診療所(城南保健所内)	城南区烏飼5丁目2-25	092-831-7979
西急患診療所(西保健所内)	西区内浜1丁目4-7	092-882-3145
歯科急患診療所(県歯科医師会館内)	中央区大名1丁目12-43	092-752-0648

※診療科目については、各施設へお問い合わせください。

●患者等搬送事業所(民間救急)

病院に行く必要はあるけど、救急車を呼ぶほど緊急性がない場合は、自家用自動車やタクシーなどを利用するほか、福岡市消防局が認定している患者等搬送事業所(民間救急)をご活用ください。

事業所名	住所	連絡先
清流タクシー(有)	早良区重留4丁目2-62	092-804-1000
(有)大鵬タクシー	南区花畑1丁目13-1	092-551-5311
西日本自動車(株)	中央区那の津5丁目4-3	092-761-7160
南部タクシー(有)	城南区片江5丁目7-17	092-871-2386
飯倉タクシー(株)	早良区東入部2丁目15-47	092-872-3155
民間救急&介護タクシー はえる	早良区小田部7丁目4-17	080-6206-2024

※サービス内容や料金等の詳細については、各事業所に直接ご確認ください。

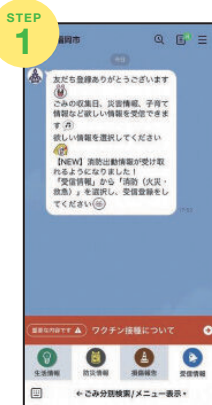
福岡市 LINE公式アカウント

消防の出動情報を
リアルタイムに受け取れる



ID:@fukuokacity

QRコードを読み取って
「福岡市」を友だち追加



福岡市LINE公式アカウント
「受信情報」をタップ



設定画面内
消防(火災・救急)をタップ



受け取りたい情報や
地域を指定して登録！