



救命救急法を学びました



腕がしっかりと伸びていいですね。



AEDのパットをしっかりと貼り付けます！

三月十二日(火)、斐川消防署で救命救急法を学ぶ講習会があり、各営業所から計二十一名が参加しました。まず初めに、出雲市管内の救急車の出動状況や、そのうち何件が呼吸停止した状態で搬送されているのかといったお話を聞きました。そのあとで人形を使い、実際に倒れている人を発見してから、胸骨圧迫や人口呼吸、AEDの使用までの一連の救命救急法を実践で学びました。

胸骨圧迫が体力的にしんどかったり、人口呼吸で空気がうまく入らなかったりと難しい面もありましたが、みなさん消防署の方のお話をしっかりと聞き、積極的に取り組みました。

万が一、人が倒れているという場面に遭遇しても、学んだことをしっかりと活かして大切な命を救う手伝いができればと思います。

救命救急のここがポイント！！

① **倒れている人を発見！！**

肩や鎖骨の上のあたりを叩きながら声をかけ、意識の有無を確認。近くに人がいれば、119番とAEDをもってきてもらう。その時に「そのあなた！！」と名指しすることを忘れずに。

② **呼吸を確認します。**

胸に手を当て、顔を口元に近づけ胸と腹部の動きを見て、普段通りの呼吸をしているかどうか10秒以内で確認する。呼吸がなければ30回胸骨圧迫をする。1分間に100回よりも気持ち早いぐらいの速度で。

③ **胸骨圧迫と人口呼吸**

気道を確保し、鼻をつまんで、2回息を吹き込む。この時あまり多くの息を吹き込まない。うまく息が入らないときは無理に入れようとせず、胸部圧迫をしっかりと行なうこと。

④



AEDが到着したら...

AEDの電源を入れて、電極パットを図の通りにしっかりと貼り、コネクターを差し込む。このとき、体が濡れていたら、タオルで拭き取る。AEDが電気ショックの必要性を判断している間は、患者に触れない。音声に従い、ショックボタンを押す。すぐに、心肺蘇生法を開始する。2分後再度、解析が始まるので音声の指示に従い、救急車が到着し、「交代します」といわれるまで、心肺蘇生とAEDを繰り返す。