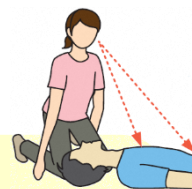


(4)呼吸を確認

観察するには、胸と腹部の動き(上下する動き)を見て、10秒以内に呼吸の確認をします。

動きが無ければ心停止と判断し、胸骨圧迫を開始してください。



ポイント

突然の心停止直後には「死戦期呼吸(しせんきこきゅう)」と呼ばれるしゃくりあげるような途切れ途切れの呼吸がみられることも少なくありません。「死戦期呼吸」の際も、胸骨圧迫を実施します。

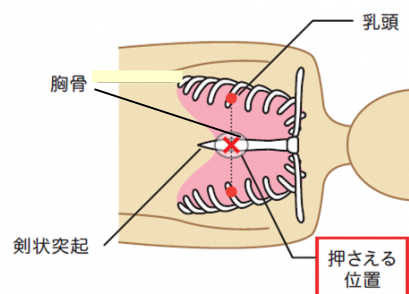
(5)胸骨圧迫を行う

胸骨圧迫は、心臓のポンプ機能を代行するものです。

① 圧迫の部位

胸の左右の真ん中に「胸骨」と呼ばれる縦長の平らな骨があります。圧迫するのはこの骨の下半分です。

場所を探すには、乳頭と乳頭を結ぶ線上にあります。



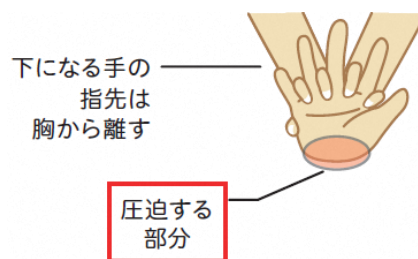
② 圧迫の方法

胸骨に一方の手のひらの付け根(手掌基部)を当て、その手の上にもう一方の手を重ねて置きます。

手の付け根のみに力を加えることで、効果的な圧迫ができます。

下の手の指先は上に反るようにします。

垂直に体重が加わるよう両肘を真っ直ぐに伸ばし、圧迫部位の真上に肩がくるような姿勢をとります。



③ 圧迫の深さとテンポ

対象	強さ	速さ	回数
成人:両手で圧迫	5cm以上沈む強さ	100～ 120回/分	30回
小児:体格に合わせて両手 または片手で圧迫	胸の厚みの約1/3		
乳児:指2本で圧迫			

胸部圧迫は可能な限り中断せず、絶え間なく行います。

注意

- 剣状突起は腹部の内側に向かっているため、折れると内臓を損傷する危険があります。剣状突起の部位は押さないよう注意しましょう。
- エアーマットなど柔らかい物の上では、身体も一緒に沈むため、胸骨圧迫の効果がありません。



④ 救護者の交替

成人の胸が約5cm沈むような力強い圧迫を繰り返すには体力を要します。テンポが悪くなったり、圧迫が均等ではなくなったりすると、胸骨圧迫の効果を失います。他に手伝ってくれる人がいる場合は、1～2分を目安に役割を交替しましょう。

(2)シミュレーションと備え



① 第一発見者の観察と迅速な対応

第一発見者となった人は、利用者の状態(意識や呼吸をしているかなど)をよく観察し、心肺停止の状態であれば直ちに119番通報し、救急車の要請をすると共に、一次救命処置に入ります。

可能であれば、事業所にも連絡し応援を呼びましょう。

※ 事業所に第一報をするルールがある場合は、事業所にまず連絡し指示を仰ぎます。

② 訪問時刻を守る

契約している訪問時刻は守りましょう。時間のズレにより事件性ありと判断されてしまう場合があります。計画の時間と異なる場合はその理由を記録に残します。記録は公的な証拠となるので、正しく、具体的に記入しましょう。

③ 緊急時の対応マニュアルを確認

各事業所で作成されている「緊急時の対応マニュアル」を確認しておきます。同時に、利用者個々に作成されている緊急連絡先等の記載された書類も確認しておきましょう。救急車を要請する際には、正確な住所や目印になる建物を伝えますので、どこに何が書いてあるのか把握しておくことは大切です。

④ 利用者の「いつも」を知っておきましょう

高齢者は、いつ何がおきてもおかしくない状況であると意識し、利用者の「いつも」を把握しておきます。「いつも」と異なる変化に気づくことで、早期受診へとつながります。

⑤ 警察が来るまで現場保存

応急処置を行う以外は、できるだけ物には触れず状況を変えないようにしましょう。“鍵はかかっていたのか”“電気はついていたのか”といった部屋の状況、ご遺体の位置・体勢・様子など、細かく現場検証をします。また事情聴取もあるので、正確に落ち着いて状況を説明しましょう。



西東京市くらしヘルパー養成研修

緊急時の対応方法

**発行／平成28年11月1日 西東京市
令和4年1月1日 第3刷発行
初版作成／ヒューマンライフケア株式会社**

無断転載・複製禁止