

意識がないとき (心肺蘇生法)

反応がない

助けを呼ぶ (119 番通報と AED の手配)

・「救急車をお願いします！」
・「AEDを持って来て下さい」



呼吸の確認

胸やお腹は動いているか、呼吸音が聞こえるか

呼吸
していない

呼吸がある

気道を確保して
救急隊を待つ

心肺蘇生 (新ガイドラインにより、「胸骨圧迫が何より優先」することが推奨されています)

すぐに胸骨圧迫を始める

- ・強く (胸の厚さの 1/3 以上
(乳児：約 4cm、小児：約 5cm))
- ・速く (1 分間に、少なくとも 100 回以上のペース)
- ・絶え間なく (中断を最小に)



・圧迫する部位は、左右の乳頭を結んだ線を中心です。
・圧迫するたびに胸が戻るのを確認しましょう。

生後 4 か月未満の場合
1 分間に 120 回のペース
胸骨圧迫 3 回・人工呼吸 1 回

人工呼吸

- ・人工呼吸ができる場合は、胸骨圧迫 30 回、人工呼吸 2 回を行う。
- ・人工呼吸ができない、ためらわれる場合には、胸骨圧迫のみ行う。
(乳児の場合) 子どもの口と鼻を大人の口で覆い、息を吹き込む。
(幼児の場合) 鼻をつまんで、口に息を吹き込む。



・人工呼吸に手間取って、胸骨圧迫が途切れることだけは絶対に避けましょう！

AED が到着 (電源を入れる)・・・正常な呼吸や目的のある仕草が認められるまで続ける

- ・AED (自動体外式除細動器) とは、けいれんを起こした状態の心臓に電気ショックを与え、正常な状態に戻す機器です。操作は音声ガイダンスにより指示され、電気ショックが必要かどうか AED は判断するため、誰でも安心して操作することができます。
- ・小児へ使用する時は、「小児用エネルギー減退システム」を搭載した AED を使う。(なければ「標準の AED」を使う) 乳児 (1 歳未満) には使用不可。



消防署などでは、住民の方々向けの救命講習会を行っています。
積極的に参加して備えておきましょう。詳しくは消防署へ。

2. 知っておこう！ 子どものかかりやすい病気

※集団に入る時期については、かかりつけ医や園にも確認しましょう。

病名	潜伏期間	症状など	合併症
はしか (麻疹)	10～12日	<p>かぜの症状 高熱とともに発疹がでる</p> <p>①初期症状：38℃前後の熱とともにかぜ症状、結膜充血、目やにがみられ、口の中に白い発疹が広がる</p> <p>②熱がおさまりかけるが、再び 39～40℃の高熱とともに発疹が全身に広がる</p> <p>③高熱は 3～4 日で解熱し、次第に発疹も消える しばらく色素沈着が残る</p> <p>④集団へは、熱が下がった後、3 日を経過してから</p>	<p>肺炎・脳炎 中耳炎</p> <p>予防接種 有</p>
三日はしか (風疹)	14～21日 (通常 16～18日)	<p>軽い熱とともに発疹がでる</p> <p>①初期症状：軽いかぜ症状</p> <p>②熱とともに細かく淡紅色の発疹が全身に広がる (3 日程度で消える)</p> <p>③耳のうしろや後頭部のリンパ節が少しはれ、痛みをともなうこともある</p> <p>④集団へは、発疹が消えてから</p>	<p>血小板減少性 紫斑病 脳炎</p> <p>予防接種 有</p>
水ぼうそう (水痘)	10～21日 (通常 14～16日)	<p>感染力が強く、虫さされのような発疹がでる</p> <p>①熱と同時に胸やおなか、頭などに発疹がでる</p> <p>②発疹：小さい赤い斑点→盛り上がり→水ぶくれ→4～5日すると乾いて黒いかさぶた (すべてかさぶたになれば人にはうつらない)</p> <p>③目の結膜、口の中、外陰部、頭部にも次から次と新しい水ぶくれができる</p> <p>④発熱は 37～38℃程度</p> <p>⑤集団へは、全ての発疹がかさぶたになってから</p>	<p>細菌感染症 肺炎 脳炎</p> <p>予防接種 有</p>