

お知らせ

# 日本医師会作成『心肺蘇生法CAB+Dカード』について

◇救急医療部◇

日本医師会が救急蘇生法の普及啓発のため作成・配布しております『心肺蘇生法CAB+Dカード』(二つ折り名刺サイズ)につきまして、地域住民(患者等)への配布や、各種研修会でご活用いただきたくご案内申し上げます。

ご希望の方は下記宛に必要部数をご連絡ください。(送料無料)

連絡先：北海道医師会事業第四課

TEL 011-231-1727 FAX 011-210-4514 E-mail 4ka@m.douji.jp

身近なあなたにかかっています。  
救命の可能性は時間とともに低下しますが、救急隊の到着までの短時間であっても救命処置をすることで高くなります。

(%)  
救命の可能性

0 2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 (分)  
心臓と呼吸が止まってからの時間経過

— 居合わせた人が救命処置をした場合  
..... 救急車が来るまで何もなかった場合

出典：『救急蘇生法の指針(市民用)』図3「救命の可能性と時間経過」より引用

TOKYO2020  
応援プログラム

TOKYO2020 東京オリンピック・パラリンピックに向けて

いのちを救うチャンスは、  
わずかです。

大切ないのちを救う CABD  
心肺蘇生法 2019

日本医師会  
Japan Medical Association  
<https://www.med.or.jp>

## 心臓疾患による突然死は、皆さんで防げます!

あっ!  
倒れている人がいたら、  
肩を軽くたたきながら、  
大声で呼びかける。反応が  
ないときは、119番とAED!

呼吸なし 又は  
透切れ透切れ

胸と腹部の  
動きから  
呼吸を  
みる

呼吸あり

**A** Airway 気道確保  
普段どおりの呼吸が  
あるときや、人工呼吸をする  
ときは、気道確保を行う。

**B** Breathing  
人工呼吸(省略可能)

普段から訓練を受けていて、  
人工呼吸ができる場合は、  
気道確保して胸骨圧迫と  
人工呼吸を30:2で

**C** Circulation  
胸骨圧迫(心臓マッサージ)

ただちに胸骨圧迫を開始!  
両手を重ね、  
胸の真ん中を強く、  
速く、絶え間なく!

救急隊に引継ぐまで、  
続けてください。

**D** Defibrillation  
除細動

AEDが到着  
したら、  
電気ショック。  
患者から  
離れて。

心臓に電気ショックを与える「除細動」は、  
AEDを使えば誰でもできる手当です。  
※窒息、溺水、小児の心停止などの場合は、人工呼  
吸を組み合わせることが望ましいとされています。