

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.dou.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。

心臓と呼吸が止まってからの時間経過 (分)	居合わせた人が救命処置をした場合 (%)	救急隊が来るまで何もなかった場合 (%)
0	100	100
2	75	25
4	50	15
6	35	10
8	25	8
10	18	7
12	13	6
14	10	5
16	8	4
18	6	3
20	5	2
22	4	1

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

TOKYO 2020 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

**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!

呼吸あり

胸と腹部の動きから呼吸をみる

救急隊に引継ぐまで、続けてください。

**B** Breathing  
人工呼吸(省略可能)

**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。

**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。

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

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。