

教えて！救急隊長！

Q1. 夜間にかかりつけ医や、近くの開業医が不在の場合どうすればいいですか？

○出雲休日・夜間診療所があります。

出雲市塩冶善行町
出雲休日・夜間診療所 22-5543

詳しくは 下記ホームページへ

医療機関・休日医療案内 出雲市

検索

Q3. 誤飲など『中毒』について相談したいのですが？

○日本中毒情報センターなどで相談できます。

大阪 072-727-2499 365日 24時間
つくば 029-852-9999 365日 9時～21時
たばこ専用 072-726-9922 365日 24時間

詳しくは 下記ホームページへ

中毒情報センター

検索

Q2. 子供の急な病気で相談したいのですが？

○島根小児救急電話相談をご利用ください。

#8000をダイヤル
利用時間帯 平日 19時～23時
土日祝日 9時～23時

詳しくは 下記ホームページへ

島根小児救急電話相談

検索

Q4. 地区のイベントにAEDを借りたいのですが。

消防本部警防課で貸し出ししています。

詳しくは 下記ホームページへ

出雲市消防本部

検索

First aid that anyone can do

～命をつなぐために～



心停止の予防

早期認識と通報

一次救命処置

二次救命処置と心拍再開後の集中治療

「心停止の予防」とは

心臓や呼吸が止まってしまうような事故を未然に防ぐことや、急性心筋梗塞や脳卒中の初期症状に気づき、心停止になる前に病院での治療を開始することです

心筋梗塞の症状

- ・胸の真ん中に突然生じて持続する痛み
- ・胸が締め付けられるような重苦しさや圧迫感
- ・胸が焼けつくような感じ



脳卒中の症状

- ・突然の激しい頭痛
- ・顔半分が動きにくい、しびれる
- ・ろれつがまわりにくい、うまく話せない
- ・視野がかける、ものが二重に見える
- ・片方の手足に力が入らない、しびれる

MEMO

応急手当講習会に関するお問い合わせ

出雲市消防本部 警防課 TEL 0853-21-6923

呼吸や心臓が止まったときの応急手当



AED(自動体外式除細動器)が到着したら



その他の応急手当

異物

- ① 肩甲骨の間を手のひらで叩く
- ② みぞおちの部分にこぶしを当て引き上げる(②は乳児・妊婦に対し実施しない)

骨折

- ・一番痛みのないところで固定する。
- ・骨折箇所の上下の関節を固定する

止血

- ・他人の体液や血液に触れないよう買い物袋などに自分の腕を通して行う。
- ・清潔なタオルやハンカチなどで圧迫する。

やけど

- ・流水で冷やす(20分程度)
- ・広範囲の場合、体温低下に注意。

◆AEDの注意点

- 電極パッドは、絵の場所にしっかり貼る。
- 体が濡れていたら、タオルで拭き取る。
- 胸にペースメーカーがあれば避けて貼る。
- 胸に貼り薬があれば、はがしてパッドを貼る。
- 未就学児までは小児用パッドを貼るが、なければ成人用パッドを代用する。



**AEDだけでは救命できない！
大切なのは
心肺蘇生法+AED！！**

◆年齢区分における心肺蘇生法

	対象	成人 (15歳以上)	小児 (1歳以上～ 15歳未満)	乳児 (1歳未満)
心肺蘇生法	胸骨圧迫と人工呼吸	30対2		
胸骨圧迫	圧迫位置	胸の真ん中		乳頭線の少し足側
	圧迫法	両手	両手(片手)	2指
	リズム	速く 《100～120回/分の速さ》		
人工呼吸	強さ	強く 《約5cm》	胸の厚さの1/3	
	量	胸が軽くふくらむ程度		
	時間	1回、約1秒		
AED	使用パッド	成人用 (小学生以上)		小児用 (未就学児)
		回数		

[胸骨圧迫の動画はコチラ→](#)

