

# 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

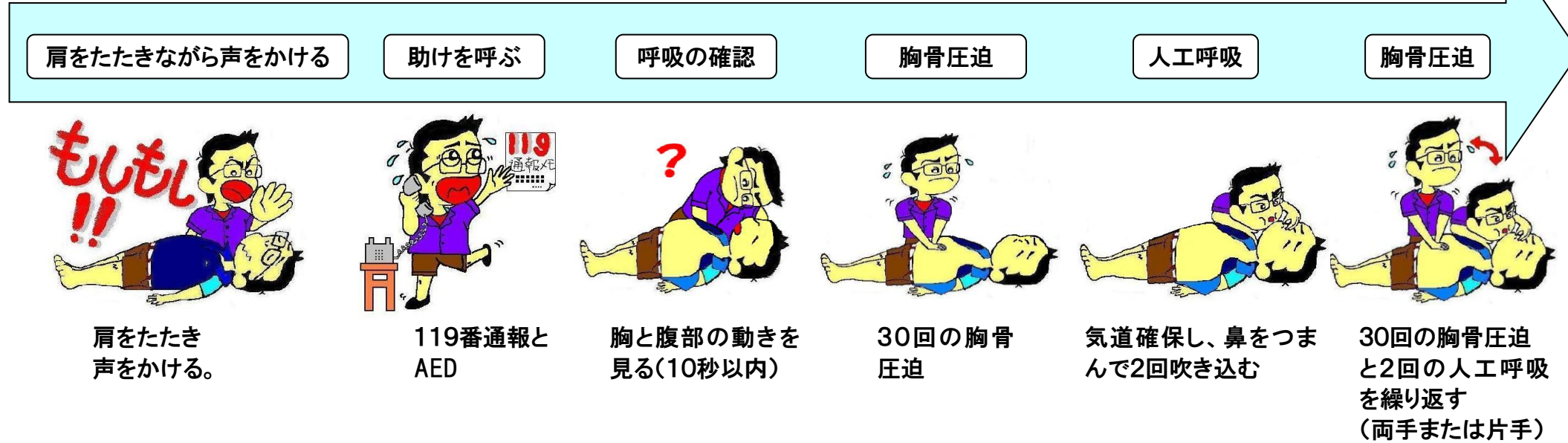
MEMO

応急手当講習会に関するお問い合わせ

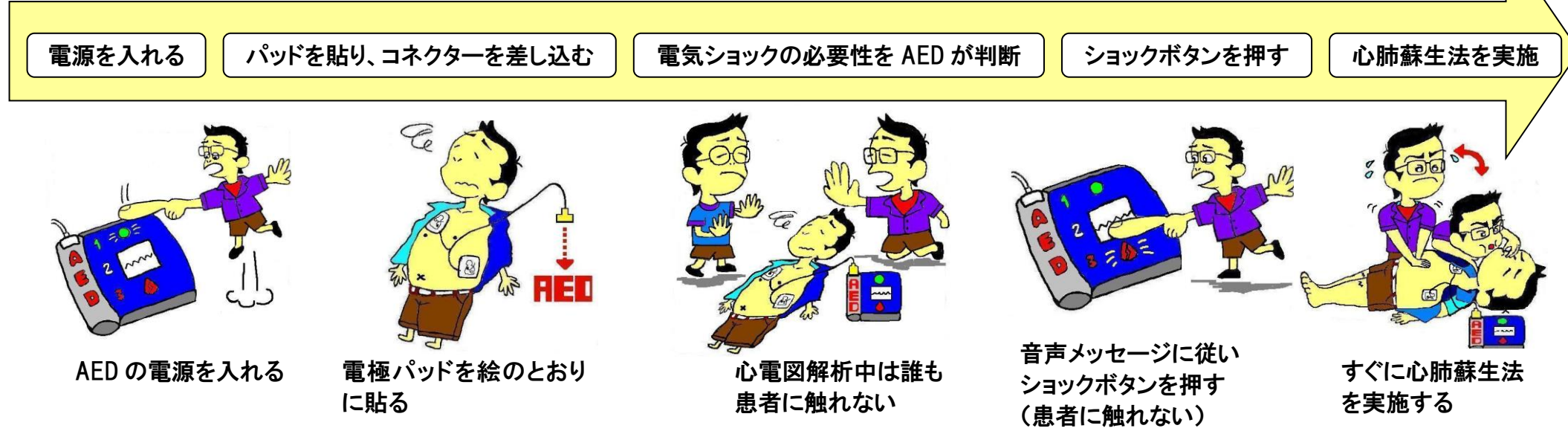
出雲市消防本部 警防課 TEL 0853-21-6999



# 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**

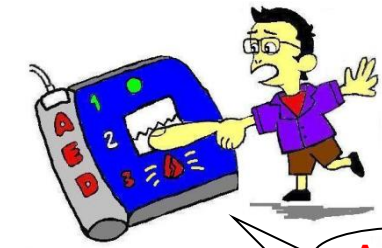
・他人の体液や血液に触れないようビニール袋などに自分の腕を入れてから行う。  
・きれいなタオルやハンカチなどで圧迫する。

**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。
- パッドの代用 未就学児→小学生～大人用パッド ○小学生以上→未就学児用パッド ×



**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	小学生～大人用		未就学児用
		回数		

[胸骨圧迫の動画はコチラ→](#)

