

水難時の応急手当及び熱中症について

夏本番、この季節になると水による事故や熱中症が多く発生します。そこで消防署から2つのお知らせをします。

1つ目は、「心肺蘇生法」についてです。水の事故などで、おぼれることにより、呼吸や心臓が止まった人には一刻も早く「心肺蘇生法」を行わなければなりません。

そこで、万一に備えて「心肺蘇生法」を覚えておきましょう。

「心肺蘇生法」の基本的な手順は次のとおりです。



①反応を確認する

呼びかけて目を開けるか、反応をみる。



②反応がなければ、大きな声で助けを呼ぶ。

(救急車・AED)



③呼吸を調べる

普段どおりの呼吸がなければ「呼吸なし」と判断する。



④胸骨圧迫

(心臓マッサージ)

胸の真ん中をしっかりと5センチの深さで圧迫し、1分間に100回から120回のテンポで30回圧迫する。

(強く・速く・絶え間なく)

圧迫と圧迫の間は、胸がしっかり戻るまで力を緩める。



※AEDが到着したら、電源を入れ、以降は音声メッセージに従う。

注意点

本来ならば、人工呼吸と胸骨圧迫を併用することによって心肺蘇生法といいますが、新型コロナウイルス感染防止の観点から人工呼吸は実施せずに、ハンカチやマスク等で、患者の口を覆い感染防止に努めて胸骨圧迫のみ実施してください。



「心肺蘇生法」を知らない方や自信のない方には、119番通報時に手順を説明しますので、勇気を出して応急手当を実施してください。