



日本では、突然起こる心臓発作で毎年5万人以上が亡くなっています。

もし目の前で大切な人が倒れたら…？

心停止から1分経過するごとに、救命率は約10%下がると言われています。

救急車の平均到着時間は8.6分^{※H.27年}

救急車が到着するまでの間に、**Call (応援要請)**と**Push (胸骨圧迫とAED)**をすることで救える命があります

① Call

119番通報とAEDの要請



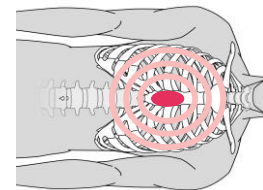
▲ 119番通報をすると、行うべきことを指導してくれます

② Push

胸の真ん中を真上から Push



圧迫部位：胸の真ん中、胸骨の



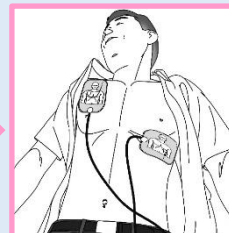
▲ 心停止(呼吸停止)か自信が持てない場合は
ただちに胸骨圧迫を開始します

- ・強く(胸が約5cm沈むように)
- ・速く(100~120回/分のテンポ)
- ・絶え間なく

③ Push

AEDを Push

電源ボタンを押し、音声案内に従ってショックボタンを押し



▲ ショックボタンを押し時は「みんな離れて」と手振りを交え、指示します

Push



▲ 救急車が到着するまで、胸骨圧迫は続きます

胸骨圧迫のみでも、人工呼吸を行う心肺蘇生法と同等あるいはそれ以上の効果があると報告があります

大切な人の命を救うため、**Call**と**Push**による**心肺蘇生**を知ってください