

# 知床の窓から見えるもの

2015年11月26日（木曜日）

## 「BLS（一次救命処置）講習会」

11/24日、T先生講師の下BLS講習会を行いました。10月～11月にかけて診療所職員が数名ずつ参加し、4人の講師の指導の下BLSについて学びました。この日の参加人数は3人。みんなやや緊張しながらT先生の質問に答えたり、実践したりしました。今回は患者様が倒れていた場合を想定して行いました。

- ① 意識のない人を見つけた時→肩をたたき、名前を呼ぶ
- ② 緊急通報、AED要請→周りの人に応援を頼む
- ③ 呼吸の確認→呼吸の有無
- ④ CPR（心肺蘇生法）→胸骨圧迫をする（1分間に100回のテンポで。5cmの圧迫）
- ⑤ 人工呼吸→バッグバブルマスク施行 ※圧迫：人工呼吸→30：2（軽く胸が上がる程度）
- ⑥ AED→解析し指示されればショックを行う（CPR2分とAED解析を繰り返す）

実際にAEDを使うまで行ってみました。T先生は大事な要点を押さえとても分かりやすく教えてくれました。



バッグバブルマスクを使用した人工呼吸 ※親指と人差し指でマスクを押さえ、残りの指で顎を拳上させる



CPR（心肺蘇生法）※腕は曲げず伸ばして圧迫



AEDのパッドを貼付し解析、指示されればショックを行いその後CPR開始