

## 心肺蘇生法の手順

### 6. 人工呼吸を2回行う

頭部後屈あご先挙上法で傷病者の気道を確保したまま、口を大きく開いて傷病者の口をおおって密着させ、ゆっくりと息を吹き込みます。このさい、吹き込んだ息が傷病者の鼻から漏れ出さないように、額を押さえている方の手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまんでおきましょう。

息は傷病者の胸が上がるのが見てわかる程度の量を約1秒間かけて吹き込みます。吹き込んだら、いったん口を離し、傷病者の息が自然に出るのを待ち、もう一度、口で口をおおって息を吹き込みます(図)。このような人工呼吸の方法を「口対口人工呼吸」と呼びます。

息を吹き込むにつれて傷病者の胸が(まるで息をしているかのように)持ち上がるのを確認しましょう。1回目の吹き込みで胸が上がらなかった場合は、2回目の吹き込みを行う前に、もう一度、頭部後屈あご先挙上法をやり直してから吹き込みを試みます。息を吹き込んだときに(2回とも)胸が上がるのが目標ですが、うまく胸が上がらない場合でも、吹き込む努力は2回までにします。

口対口人工呼吸を行うさいには、できるだけ感染防護具を使うことをお勧めします。しかし、それを持っていない場合、あるいは持っているが準備に時間がかかりそうな場合、口と口が直接接触することに躊躇する場合などは、人工呼吸を省略してすぐに胸骨圧迫に進んでください。

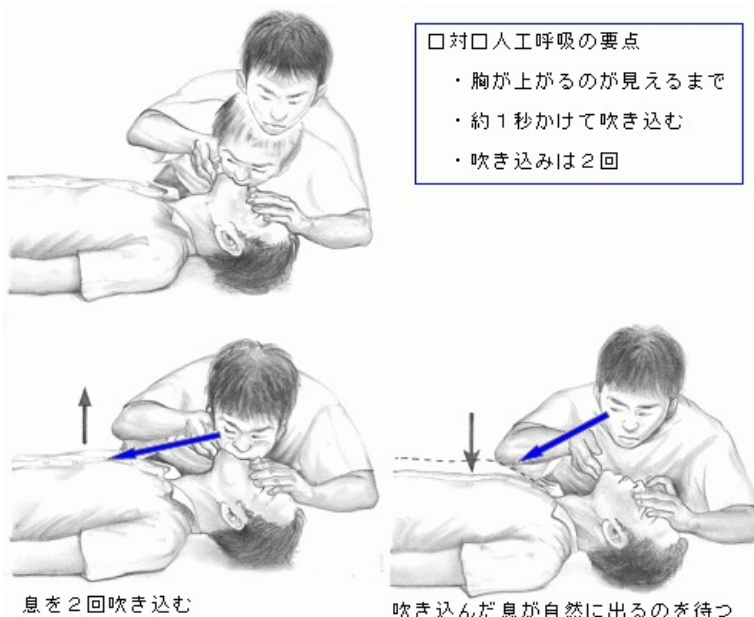


図 口対口人工呼吸