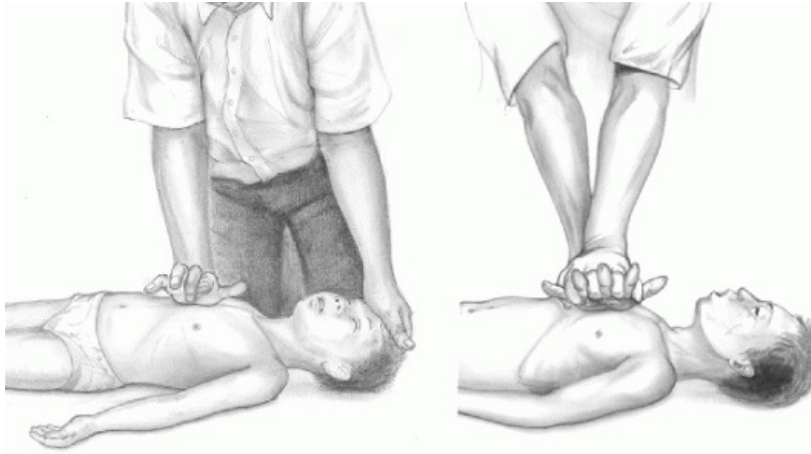


◆ 子どもの心肺蘇生の手順

6. 胸骨圧迫を行う

子どもでは成人における手順と基本的には同じです。圧迫のテンポが1分間に約100回なのも、成人と同様です。圧迫の強さ（深さ）は成人では4～5cmでしたが、子どもでは体格が違うので 胸の厚みの1/3を目安とし、十分に沈み込む程度に強く圧迫します（図a）。子どもは小さくて弱いからといって、こわごわと弱い（浅い）胸骨圧迫をしたのでは心肺蘇生の効果が得られません。十分に強く、速く圧迫し続けるように心がけましょう。



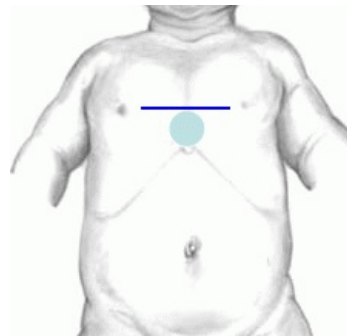
図a 胸の厚みの1/3を目安とし、十分に沈み込む程度に強く圧迫します

小児（約1歳～約8歳未満）では、体格にあわせて十分に胸壁を押せる力が出せれば、腕は1本でも2本でもかまいません。腕1本では力が足りないと感じたら、躊躇なく腕2本で押してください。圧迫部位を見つける目安は、小児は成人とまったく同じで、胸の真ん中です。

乳児（約12カ月まで）の場合は、2本指で押します（図b）。圧迫部位の見つけ方としては、救助者の指2本を乳児の両乳頭を結ぶ線の少し足側に置きます（図c）。



図b 乳児に対する胸骨圧迫



図c 乳児に対する胸骨圧迫の位置