

いざというときの救命処置

心臓が止まってしまうような重大な事故は、いつ、どこで起こるか分かりません。

目の前で誰かが倒れたら？その時、あなたは何ができますか？

心臓マッサージや AED(自動体外式除細動器)を使った救命処置を身に付けておきましょう。

救命処置の重要性

心臓・呼吸が止まると時間の経過とともに救命の可能性は急激に低下します。救急車が現場に到着するまでにその場に居合わせた人が速やかに救命処置を行えば、救命効果の向上や治療の経過にも良い影響を与えることは医学的にも明らかです。

倒れている人を発見したら…

- ① 倒れている人の反応(意識)を確認します。

大きな声で呼びかけ、両肩を軽くたたき反応があるかないか確認します。

- ② 周りの人に協力を求めます。

「あなたは 119 番へ通報してください。」「あなたは AED を持ってきてください。」

- ③ 呼吸を確認します。

倒れている人の胸とお腹の動きを見て「普段通りの呼吸」をしているか 10 秒以内に判断します。

- ④ 胸骨を圧迫します。

「普段通りの呼吸」がない、「わからない」時は心停止と判断し胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行います。

- ⑤ AED を使います。

いざというとき、落ち着いて対応するためには、日頃から繰り返しの訓練が大切です！

今すぐチェック！

下記リンクで救命処置の方法を確認しておきましょう。

日本医師会 HP 救急蘇生法

<https://www.med.or.jp/99/cpr.html>

総務省消防庁 HP 一般市民向け応急手当 WEB 講習

[応急手当 WEB 講習](#)

独立行政法人日本スポーツ振興センター公式チャンネル

<https://www.youtube.com/watch?v=Htvifj6K1po>



大学内 AED 設置場所

渋谷キャンパス

- ①若木タワー 1 階管財課前②学術メディアセンター1 階③若木会館(受付内)④130 周年記念 5 号館(西側)
⑤120 周年記念 1 号館⑥院友会館(正面受付内) ⑦総合学修館 6 号館(1 階階段横)



たまプラーザキャンパス

- ①1 号館受付前②2 号館図書館内③グラウンド階段下④5 号館受付前⑤SPORTS SQUARE 1 教員室前
⑥SPORTS SQUARE3 受付前⑦若木 21 受付前⑧青葉寮

