

## 人工呼吸

気道を確保しても呼吸が停止している、胸や腹部のふくらみが分かりにくい、呼吸が浅いときなどは、一刻も早く人工呼吸を行わなければいけません。

- ・気道を確保したまま、額においた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまむ。
- ・息を吸ってから、自分の口を大きく開けて相手(以下 傷病者)の口を覆う。



- ・胸のふくらみを見ながら、ゆっくりと息を2回吹き込む。  
(吹き込む量は傷病者の胸がかかるくふくらむ程度で十分です。)



- ・口を離して自然に排気をさせる。自分の頬、耳を傷病者の口に近づけて呼気を確認し胸の動きを見て、人工呼吸が効果的に行われていることを確かめる。



- ・自発呼吸があっても不十分なときには、5秒に1回の人工呼吸を繰り返す。

### <注意事項>

- ⇒鼻をつまむときは、額にあてた手を離さないようにして、親指と人差し指でつまみます。
- ⇒吹き込んでも空気が入りにくい時は、もう一度気道を確保し再び1回吹き込んでみます。

※強く息を吹き込むと、胃に空気が入り胃の膨満をおこし、胃内容の逆流(嘔吐)の原因となります。さらに誤って気道内に吐いた物が逆流して、窒息を起こすこととなります。