



1歳未満

窒息の対処法

反応がある

背部叩打法

繰り返す

胸部突き上げ法

のどから詰まったものが排出されるまで続ける

- 1 赤ちゃんを膝の上でひざまずかせる。
- 2 赤ちゃんの顔を下向きにして抱き、胸を片方の腕に乗せる。赤ちゃんを乗せた腕を救助者の膝や太ももの上に置き赤ちゃんを支える。
- 3 もう一方の手の付け根に力をこめ、赤ちゃんの背中の中真ん中を肩甲骨くらいの位置で強く5回たたく。

- 1 赤ちゃんの頭と首を支えながらそのままひっくり返し、太ももに乗せた前腕で赤ちゃんを仰向けの状態を支える。
- 2 胸の真ん中に人差し指と中指を2本置き下に向けて1秒間に1回のペースで5回胸部を圧迫する。

つまりを解除するといイメージで1回1回確実な動作で



繰り返す



背部叩打法

繰り返す

胸部突き上げ法

のどから詰まったものが排出されるまで続ける

赤ちゃんの反応がなくなった場合 心肺蘇生法(反応がない)へ



1歳以上

窒息の対処法

反応がある

背部叩打法

うまくいかない

腹部突き上げ法

まずは 背部叩打法

うまくいかない

腹部突き上げ法

1 後方から片手を
 脇の下に入れる

2 胸と下あご部分を
 支えて突き出し
 あごをそらせる

 肩甲骨の間を
 手のひらの付け根で
強くたたく


肩甲骨の間

手のひらの付け根


背部叩打法

- 1 子どもの後方から片手を脇の下に入れる。
- 2 胸と下あご部分を支えて突き出し、あごをそらせる。
- 3 叩く位置は両側の肩甲骨の間で、手のひらの付け根の部分で強くたたく。

**腹部突き上げに自信がなければ
 背部叩打法を繰り返してもOK**

1 お腹に
 両腕を回す

2 コブシで
 コブシを握る

**力を込めて
 突き上げる**

 のどから詰まったものが
 排出される
 まで続ける

腹部突き上げ法(ハイムリッヒ法)
1歳未満の乳児には実施しない

- 1 子どもの後ろに回って立つかひざまずきお腹(みぞおちの下)に両腕を回す。
- 2 片方の手でコブシを作りコブシをもう一方の手で握る。そのコブシを子どものお腹に押し付け力を込めて手早く上に突き上げる。
- 3 のどから詰まったものが排出されるまで続ける。意識がなくなったら中止する。

 つまりを解除するというイメージで
 1回1回確実な動作で

意識がなくなった場合
心肺蘇生法(反応がない)へ

1歳未満

心肺蘇生法

反応がない

<https://oshiete-dr.net>
教えて!ドクター

東京消防庁公式チャンネル



乳児の心肺蘇生

肩のあたりを
たたきながら
大きな声で話しかける

反応がない 大声で助けを呼ぶ

- 119番通報を行う
- 胸骨圧迫・人工呼吸を行う

胸骨圧迫

繰り返す

人工呼吸

- 1 周囲の安全を確認して
静かに床(硬くて平らな平面)に寝かせる。
- 2 胸の真ん中部分を1分間に100~120回
指2本を揃えて押す。

強く 胸の厚さの1/3 (4~5cm) 沈むように
早く 1分間に100~120回(アンパンマンマーチ)
絶え間なく 人工呼吸などでの中断は
10秒未満

アンパンマンマーチ
の速さで

30回

繰り返す



- 1 あごを持ち上げて気道を確保。
その状態で子どもの口と鼻に
1秒間息を吹き込む。
- 2 息を吹き込みながら
胸が上がるのを確認。
- 3 息を吹き込んだら一旦口を離す。

1秒間
息を吹き込む

2回

胸が上がる
のを確認口と鼻を
両方覆う

胸骨圧迫

繰り返す

人工呼吸

無料アプリもご活用ください



1歳
以上

心肺蘇生法

反応が
ない

肩のあたりを
たたきながら
大きな声で話しかける

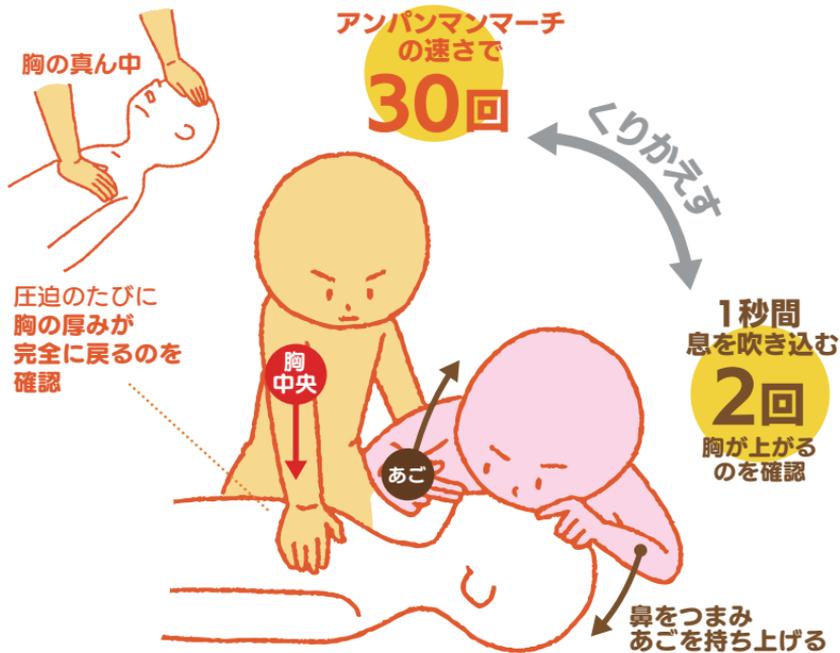
反応がない 大声で助けを呼ぶ

- 119 番通報を行う
- 胸骨圧迫・人工呼吸を行う

胸骨圧迫

繰り返す

人工呼吸



胸骨圧迫

- 1 周囲の安全を確認して
静かに床(硬くて平らな平面)に寝かせる。
- 2 胸の真ん中部分を1分間に100~120回
胸の厚さの1/3 沈むように絶え間なく押す。
(中断は10秒未満)

人工呼吸

- 1 鼻をつまみ、あごを持ち上げて気道を確保。
子どもの口に1秒間息を吹き込む。
- 2 息を吹き込みながら胸が上がるのを確認。
- 3 息を吹き込んだら一旦口を離す。

胸骨圧迫

繰り返す

人工呼吸