

4분의 골든타임 심폐소생술(CPR)



심정지 후, 골든타임은 단 4분!
초기 4분 이내 심폐소생술을 실시해요!

+ 심폐소생술 방법 +

1 반응 확인

- 양쪽 어깨를 두드리며, 환자의 의식과 반응 확인



2 신고 및 도움 요청

- 119 신고 및 주변에 자동심장충격기(AED) 요청



3 호흡 확인

- 환자의 얼굴과 가슴을 10초 내로 관찰해 호흡 확인
- 호흡이 없거나 비정상적이면 즉시 심폐소생술 준비



4 가슴 압박 30회

- 환자의 가슴 압박점을 찾아 깎지 낀 두 손의 손바닥 뒤꿈치로 압박 실시
- ※ 분당 100~120회 속도, 약 5cm 깊이



5 인공호흡 2회

- 환자의 머리를 뒤로 기울이고, 턱을 들어올려 기도 유지
- 환자의 코를 막고, 구조자의 입을 환자 입에 밀착
- 환자의 가슴이 올라올 정도로 1초 동안 숨 불어넣기

※ 가슴압박 : 인공호흡 = 30 : 2



“ 구급대가 도착할 때까지 심폐소생술을 지속해 주세요! ”