

HOW TO PERFORM CPR

심폐소생술 행동요령

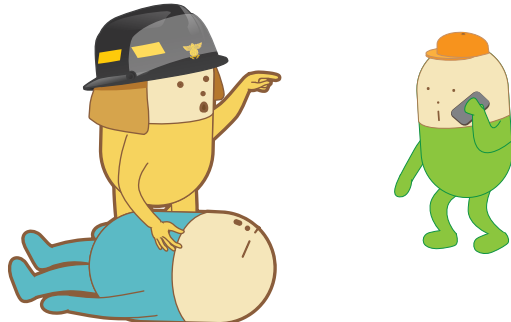


1 환자의 반응 확인



- 어깨를 가볍게 두드리며 **"여보세요, 괜찮으세요?"**를 외치면서 환자의 반응을 확인합니다.

2 119 신고



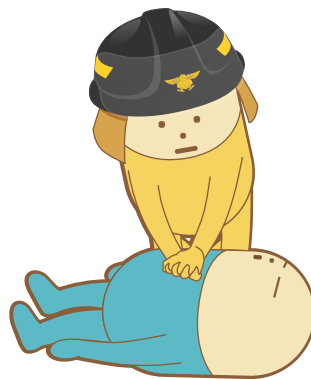
- 환자의 의식(반응)이 없으면 큰소리로 주변 사람에게 **119 신고를 요청**하고, 자동심장충격기를 가져오도록 부탁드립니다.

3 호흡 확인



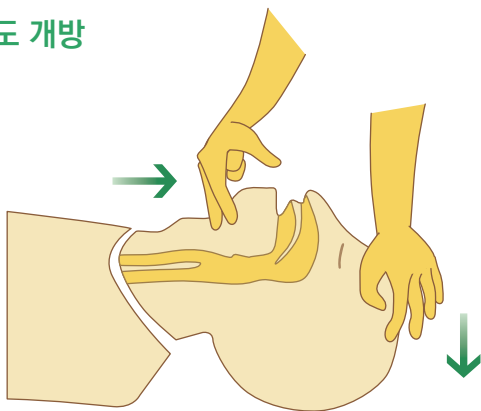
- 환자의 얼굴과 가슴을 10초 이내로 관찰하여 **호흡이 있는지를 확인**합니다. 호흡이 없거나 비정상이라면 즉시 심폐소생술을 준비합니다.

4 가슴압박 30회 시행



- 각지를 낀 두 손의 손바닥으로 환자의 가슴 압박점을 찾아 **30회 가슴압박을 실시**합니다. 압박깊이는 약 5cm (소아는 4-5cm), 압박속도는 분당 100~120회를 유지합니다..

5 기도 개방



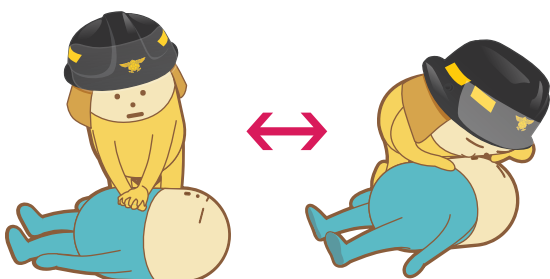
- 인공호흡을 시행하기 위해서는 먼저 환자의 **머리를 젖히고, 턱을 들어올려서** 환자의 기도를 개방합니다.

6 인공호흡 2회 시행



- 환자의 코를 막은 다음 구조자의 입을 환자의 입에 밀착시킨 후 환자의 가슴이 올라올 정도로 **1초 동안 숨을 불어넣습니다.**
- 인공호흡 방법을 모르거나, 꺼리는 경우에는 인공호흡을 제외하고 지속적으로 가슴압박만을 시행합니다.

7 가슴압박과 인공호흡의 반복



- 30회의 가슴압박과 2회의 인공호흡**을 119구급대원이 도착할 때까지 반복해 시행합니다.

8 회복자세



- 환자의 호흡이 회복되었으면 환자를 옆으로 돌려 눕혀 **기도가 막히는 것을 예방**합니다.