

성인 심폐소생술

	<p>1. 심정지 확인 및 119신고(자동제세동기 요청)</p> <ul style="list-style-type: none"> 환자의 어깨를 가볍게 두드리며 “괜찮으세요”라고 여쭙보세요. 주변 사람에게 큰소리로 119에 전화해 달라고 부탁하고, 자동제세동기 요청(AED), 주변에 아무도 없으면 직접 119에 신고합니다. 역사내 화재용 비상벨(발신기) 버튼을 눌러 모든 사람에게 화재사실을 알립니다.
	<p>2. 압박위치</p> <ul style="list-style-type: none"> 손꿈치 중앙을 양쪽 젖꼭지 사이의 흉부의 정중앙에 놓고, 손가락이 갈비뼈에 닿지 않도록 합니다. 다른 손으로 나머지 손을 덮어주세요.
	<p>3. 압박방법</p> <ul style="list-style-type: none"> 팔을 쭉 펴고 수직으로 분당 최소 100회 속도 및 최소 5cm 깊이로 환자 가슴을 눌러 준 다음 힘을 뺍니다.
	<p>4. 가슴압박 30회 시행</p> <ul style="list-style-type: none"> 분당 최소 100회의 속도로 30회 흉부를 압박합니다. 흉부압박 때 환자 가슴에서 양손을 떼지 않습니다. * ‘하나, 둘, 셋’, ---, ‘서른’하고 세어가면서 시행하며, 압박된 가슴은 완전히 이완되도록 합니다.
	<p>5. 기도유지</p> <ul style="list-style-type: none"> 머리를 뒤로 젖히고 턱을 위로 들어 올려 기도를 열어 주세요.
	<p>6. 인공호흡 2회 시행</p> <ul style="list-style-type: none"> 환자의 코를 막고 입속으로 두 번 불어주세요. 이때, 환자 가슴이 올라와야 폐로 공기가 들어 간 것입니다. * 구조자가 인공호흡을 모르거나 능숙하지 않은 경우에는 인공호흡을 제외하고, 지속적으로 가슴압박만을 시행합니다.
	<p>7. 가슴압박과 인공호흡의 반복</p> <ul style="list-style-type: none"> 30회의 가슴압박과 2회의 인공호흡을 119구급대원이 도착할 때까지 반복해서 시행하세요. 구조자가 두 사람인 경우에는 30:2로 1인은 흉부압박을 하고 다른 1인은 인공호흡을 합니다. 5주기마다(매 2분마다) 교대하여 실시합니다.
	<p>8. 압박시간 중단 최소화</p> <ul style="list-style-type: none"> 흉부압박 시 중단 시간이 10초 미만이 되도록 합니다.