




# 인공호흡 및 심폐소생술

## 1. 인공호흡(맥박은 뛰나 호흡이 없는 경우에 실시)

순 서	실 시 방 법
<b>의식확인</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 어깨를 가볍게 두드리며 이름을 호명</li> <li>○ 목뼈손상의 가능성이 있는 경우 목 뒤쪽을 한손으로 받쳐줌</li> <li>○ 환자의 몸을 심하게 흔드는 것은 금지</li> </ul>
<b>구조요청</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 즉시 전화로 119 또는 병원에 구조요청</li> <li>○ 주변 사람에게 도움 요청 (“도와주세요!” 라고 외침)</li> </ul>
<b>자세교정</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 바닥이 딱딱한 곳에 인공호흡을 할 수 있는 자세로 바로 눕힘</li> <li>○ 목과 머리를 받쳐 주면서 통나무를 굴리듯이 하여 자세를 교정함</li> </ul>
<b>기도(숨길)확보</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 재해자의 머리 쪽에 무릎을 꿇음</li> <li>○ 재해자의 눈썹 바로 위 부분의 이마에 한손을 대고 머리를 뒤로 젖힘</li> <li>○ 다른 손의 손가락(2,3,4지를 동시이용) 끝으로 턱을 올려 기도확보</li> <li>※ 목뼈의 손상이 의심될 경우</li> <li>○ 턱 밑에 손을 넣어 턱을 앞으로 밀고 ⇒ 머리를 뒤로 당김(목을 뒤로 젖히지 않도록 주의) ⇒ 엄지손가락으로 입을 개방</li> </ul>
<b>호흡확인(3~5초간)</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 재해자의 얼굴에 자신의 뺨을 밀착시킴</li> <li>○ 재해자의 가슴이 뛰는지 확인</li> <li>○ 재해자의 숨소리 확인</li> <li>○ 재해자가 내쉬는 입김이 느껴지는지 확인</li> </ul>
<b>2회 숨 불어넣기</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 재해자의 코를 한손으로 쥐고</li> <li>○ 다른 손가락으로 턱을 들어올리는 자세 유지</li> <li>○ 재해자의 입을 구조자의 입으로 완전히 감싸고 밀착시킨 후</li> <li>○ 1.5~2초씩 두 번 숨을 불어 넣음</li> <li>○ 숨을 불어넣을 때마다 가슴이 오르내리는지 관찰</li> <li>○ 호흡간격은 5초 간격으로 약 1분에 10~12회 정도 반복 실시</li> </ul>
<b>자세교정</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 인공호흡 실시로 호흡과 맥박이 있을 경우 구토시 이물질이 기도로 유입되지 않도록 “측와위 자세” 로 자세 변경</li> <li>○ 구조대를 기다림</li> </ul>

## 2. 심폐소생술(호흡과 맥박이 모두 없는 경우에 실시)

순 서	실 시 방 법
의식확인 ~ 2회 숨 불어 넣기	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 인공호흡법의 의식확인 ⇒ 구조요청 ⇒ 자세교정 ⇒ 기도(숨길)확보 ⇒ 호흡확인 ⇒ 2회 숨 불어넣기까지 1회 실시</li> </ul>
경동맥 확인 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 경동맥에서 5~10초간 맥박 측정</li> <li>※ 경동맥의 위치 : 목의 갑상연골(울대뼈)에 손가락을 대고 옆으로 1~2cm 미끄러져 내려와 우묵하게 들어간 곳</li> </ul>
인공호흡 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 2회 숨 불어 넣기 2회 실시(호흡간격은 약 1초에 1회씩)</li> <li>○ 숨을 불어넣을 때와 입을 떼었을 때 가슴이 오르내리는지 관찰</li> </ul>
심폐소생술	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 흉부압박 위치 확인 : 양 젖꼭지를 이은 중앙의 흉부부위</li> <li>○ 한손의 손등에 다른 손을 겹치고 각지를 꺾어서 손가락을 잡아 당김</li> <li>○ 팔꿈치가 구부러지지 않도록 하고, 어깨와 손은 일직선으로 유지</li> <li>○ 흉부압박 깊이는 4~5cm의 깊이로 압박</li> <li>○ 흉부압박의 속도와 횟수 : 1분간 100회의 속도 유지</li> <li>○ 심폐소생술 속도와 횟수 : 2분간 5주기 실시</li> <li>○ 1주기 : 흉부압박 30회 실시 후 인공호흡을 2회 실시(30 : 2)</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <span>&lt;위치확인&gt;</span> <span>&lt;흉부압박 자세&gt;</span> <span>&lt;흉부압박의 깊이&gt;</span> </div>
경동맥 확인~ 심폐소생술 반복실시	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 심폐소생술 2분간 5주기 실시 후 경동맥 확인하여 맥박이 뛰면 호흡확인</li> <li>○ 맥박/호흡이 없을 경우 심폐소생술 계속 실시</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <span>&lt;경동맥 확인&gt;</span> <span>&lt;흉부압박:인공호흡=30:2&gt;</span> </div>
자세교정 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 인공호흡 실시로 호흡과 맥박이 있을 경우 구토시 이물질이 기도로 유입되지 않도록 “측와위 자세”로 자세 변경</li> <li>○ 구조대를 기다림</li> </ul>