

● 심폐소생술

호흡이 정지되거나 심장이 멈춘 경우 4-6분 이내에 심폐소생술이 시행되지 않으면 환자의 생존 가능성은 떨어진다.

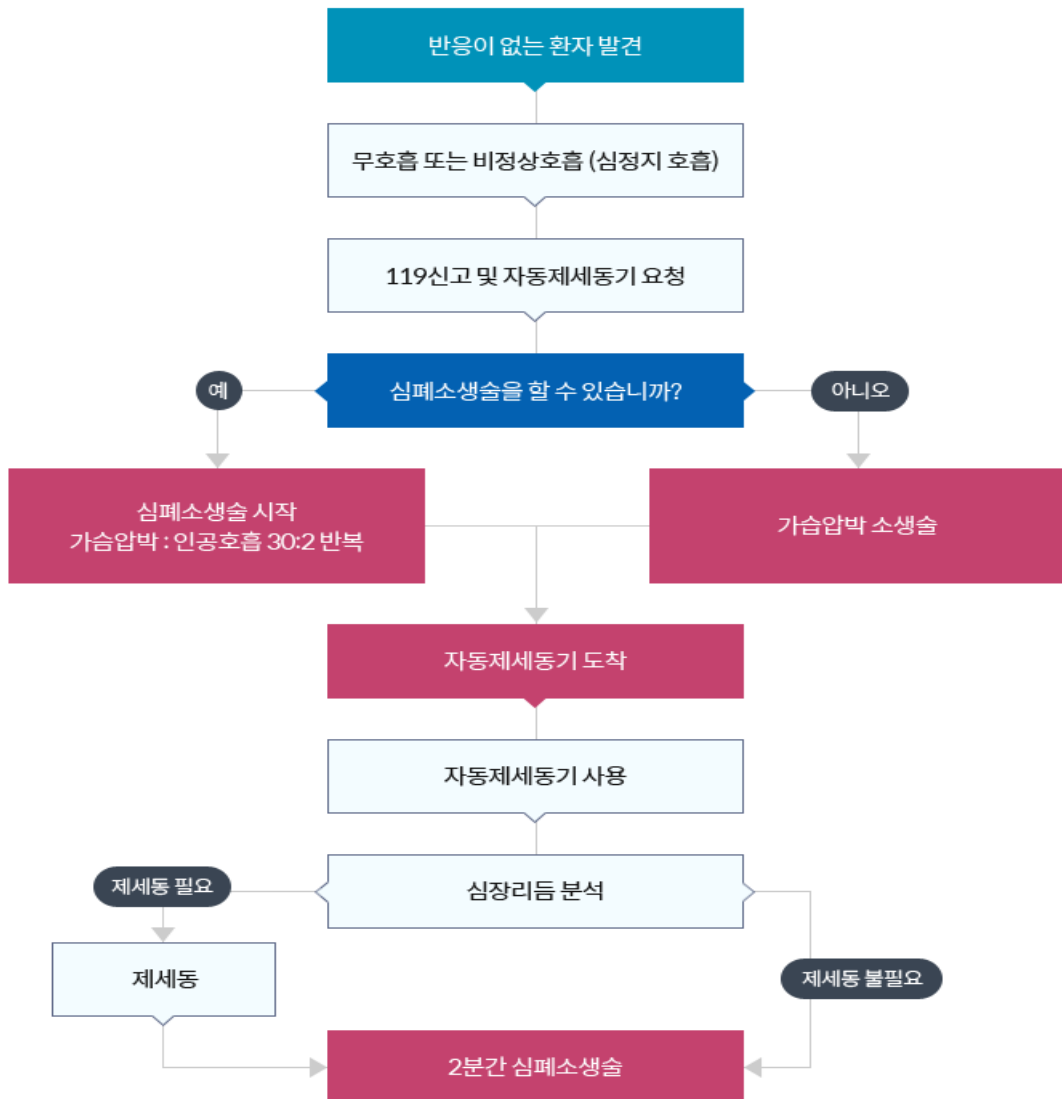
하지만, 구급차가 환자에게 도착하기까지 적어도 4-5분 이상 소요되므로 현장 일반인들의 심폐소생술 시행 여부가 환자의 생존에 영향을 미치게 된다. 환자의 연령이 9세 이상이거나 체중이 30kg 이상인 경우 아래의 심폐소생술의 단계에 따라 심폐소생술을 시행할 수 있다.

! 8세 이하의 어린이의 경우에는 소아의 심폐소생술 참고.

- ✓ 신속한 심정지 확인과 신고
- ✓ 신속한 제세동
- ✓ 심정지 후 통합치료

- ✓ 신속한 심폐소생술
- ✓ 효과적 전문소생술

갑자기 쓰러진 심정지 환자는 심정지가 발생하기 직전까지 정상적인 호흡을 하고 있기 때문에, 폐와 혈액 속에 약 5~6분동안 사용할 수 있는 산고가 남아 있습니다. 목격자가 심폐소생술을 시행해야하는 심정지 발생 직후 몇 분 동안에는 인공호흡을 같이 해주지 않고, 가슴압박만 시행해 주어도 조직세포 손상을 최소화 할 수 있습니다. 119 신고 뒤에 지체 없이 가슴압박 소생술을 시행하시면 됩니다.



●● 흉부 압박하기

양쪽 유두 가운데 흉골 지점 중앙에 손바닥을 대고 다른 손을 그 위에 겹쳐 각지를 끼고 손가락을 가슴에 닿지 않도록 위로 올린다. 팔꿈치를 펴고 환자의 몸과 90°를 이루게 만든다.

환자의 몸과 수직을 이룬 상태에서 압박 깊이는 최고 5cm, 압박속도는 분당 100회 이상으로 30회 압박을 실시한다.

● 1. 의식의 확인

- 환자에게 접근하기 전에 구조자는 현장이 안전한 상황인지를 확인한다.
- 구조자는 일단 현장이 안전하다고 판단되면 환자에게 다가가 반응을 확인한다.
- 반듯이 돌아 놓힌 다음, 양쪽 어깨를 가볍게 잡고 흔들면서 큰소리로 "괜찮으세요?" 라고 물어보며 반응을 확인한다.
- 일반 구조자가 외상환자를 구조할 때에는 꼭 필요한 경우에만 환자를 이동시키도록 한다.
(예 : 건물에 화재가 발생한 경우 등 현장이 안전하지 않은 상황)

● 2. 응급의료체계에 신고

- 의식이 없다는 것이 확인되면 즉시 큰 소리로 주변 사람에게 119 에 신고할 것을 요청하고, 주위에 자동제세동기가 비치되어 있다면 자동제세동기도 함께 요청
- 주변에 아무도 없는 경우에는 즉시 스스로 119에 신고한다.

● 3. 흉부 압박점 찾기

먼저 환자의 양쪽 젖꼭지를 연결한 선의 중앙에 한 손바닥을 올려 놓고 그 위에 다른 손을 겹친다.

❗ 손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의

● 흉부압박

분당 100회의 속도로, 약4-5cm깊이로 압박, 압박과 이완의 시간은 같은 정도로 하고, 각각의 압박 후에는 가슴이 완전히 올라오도록 해야 한다.

❗ 압박 시 양팔을 쭉 편 상태에서 체중을 실어서 환자의 몸과 수직이 되게 눌러줘야 한다.

● 4. 인공 호흡

- 먼저 머리를 젖혔던 손의 엄지와 검지로 환자의 코를 잡아 막는다.
 - 구조자의 입으로 환자의 입을 완전히 덮은 다음 1초 동안 가슴이 충분히 부풀어 오를 정도로 숨을 불어 넣는다.
 - 코를 막았던 손가락을 떼고 환자의 올라갔던 가슴이 다시 내려오는지 확인한다.
 - 한 번 더 시행한다.
- ❗ 첫번째 인공호흡으로 환자의 가슴이 올라오지 않는다면 구조자는 두 번째 인공호흡을 시행하기 전에 기도를 다시 확보.

● 5. 흉부 압박과 인공호흡의 반복

- 30회의 가슴압박과 2회의 인공 호흡을 반복해서 시행한다.
 - 제세동을 적용하고 난 후 바로 심폐소생술 5주기 (30:2) 시행 후 다시 리듬 확인을 반복한다.
 - 심폐소생술을 중지하는 경우
 - 119 구급대가 도착한 경우
 - 환자가 회복되어 움직이는 경우 : 옆으로 눕혀주어서 기도 가 막히는 것을 예방
 - 구조자가 지친 경우에는 주변의 다른사람과 교대로 시행
- 기도 여는 방법
 - 한 손으로 환자의 머리를 젖히고 다른 손으로 턱 끝을 들어 올려서 시행

❗ 턱 끝을 들어 올릴 때는 턱의 뼈 부분을 들어 올려야 함.
뼈부분이 아닌 곳을 누르면 오히려 기도가 막히게 되니 주의.