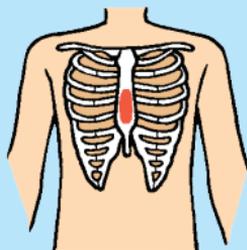


5、ただちに胸骨圧迫を開始する



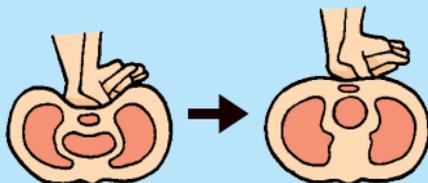
手のひらの付け根に体重をかけ、傷病者の胸が約5cm沈むまで真上から圧迫を繰り返します。

圧迫部位



圧迫する位置は、胸骨の下半分を目安にします。

圧迫と圧迫解除



圧迫と圧迫の間は、胸が元の高さに戻るように十分に圧迫を解除します。