



2025 年暫定訓練教材： BLS レッスンプランの変更点

目的

これらの指示は、一次救命処置（BLS）インストラクターとして、2020 年の BLS インストラクターマニュアルのレッスンプランを、心肺蘇生法（CPR）と救急心血管治療のための AHA ガイドライン 2025 年版（2025 年ガイドライン）の科学的知見に基づいて更新するのに役立ちます。

2025 年 10 月 22 日より、新しい教材を使用して新しい 2025 年 BLS コースの指導を開始するまで、暫定教材を使用して**すべての BLS コース**を指導してください。オンラインの 2025 年 BLS インストラクターアップデートコースを、2026 年 2 月 28 日の午後 11 時 59 分（アメリカ中部標準時）までに完了する必要があります。インストラクターは「2025 年暫定訓練教材：BLS プロバイダーマニュアルの変更点」ドキュメントを印刷し、新しい 2025 年ガイドラインコースを教える際に受講者にコピーを配布する必要がありますが、新しい教材が利用可能になるまで 2020 年ガイドラインプロバイダー教材を使用してください。

インストラクターの準備

BLS インストラクターとして、2025 年ガイドラインに関する受講者の質問に答える準備をしてください。そのため、BLS コースを教える前に、これらの暫定トレーニング教材、2025 年ガイドライン、および CPR と救急心血管治療のための AHA ガイドライン 2025 年版ハイライトを確認する必要があります。

各トレーニングセンターのコーディネーターは、2025 年ガイドラインコース用の更新された試験を入手できません。

インストラクターマニュアルレッスンプランの変更点

2025 年 BLS コースを指導する際、この文書に記載されている変更点を加えて、2020 年 BLS インストラクターマニュアルのレッスンプランを変更してください。

2025 年ガイドラインの科学的知見の変更の影響を受けるレッスンのみが記載されています。ここに記載されていないレッスンは、2020 BLS インストラクターマニュアルに示されているとおりに指導する必要があります。

すべてのコースにおいて、質の高い CPR の構成要素を強調してください。

1. 成人および小児の救命の連鎖

2025 年の変更点

- 1 つの救命の連鎖は、成人および小児の院内および院外での心停止に適用されることを意図している。この単一の連鎖を作成するにあたり、心停止前の予防と準備によって蘇生を回避できるだけでなく、蘇生を最適化できることが確認されている。
 - 治療システムのガイドラインは、統一された心停止の救命の連鎖に沿って、予防と蘇生の準備から始まり、心停止の早期認識へと進み、その後、効果的な蘇生から心停止後の治療、回復、そして生存につながる。統一された心停止救命の連鎖は以下のリンクを含む。
 - 認識と緊急通報
 - 質の高い CPR
 - 除細動



- 高度な蘇生
- 心停止後の治療
- 回復と生存

ここへの適用

- パート 5 : BLS レッスンプラン
 - レッスン 2 : 救助者 1 人 成人 BLS (パート 1 : 成人救命の連鎖)
 - レッスン 7 : 小児 BLS (パート 1 : 小児救命の連鎖)
- パート 5A : BLS 更新レッスンプラン
 - レッスン 2 : 成人 BLS (パート 1 : 成人救命の連鎖)
 - レッスン 5 : 小児 BLS (パート 1 : 小児救命の連鎖)

2. 換気/呼吸

2025 年の変更点

- 心停止の成人に対して換気を行う場合は、胸の動きが目視できる程度の一回換気量を与えることが妥当である。救助者は、低換気（回数が少なすぎる、または量が少なすぎる）または過換気（回数が多すぎる、または量が多すぎる）を避けるべきである。

ここへの適用

- パート 5 : BLS レッスンプラン
 - レッスン 2 : 救助者 1 人 成人 BLS (視聴しながら練習 : ポケットマスク ; 視聴しながら練習 : 救助者 1 人 成人 BLS)
 - レッスン 3 : AED と バッグマスク (視聴しながら練習 : バッグマスク)
 - レッスン 4 : 救助者 2 人 成人 BLS (視聴しながら練習 : 救助者 2 人 成人 BLS)
 - レッスン 5 : 特別な留意事項 (視聴しながら練習 : 補助呼吸 [成人])
 - レッスン 11 : スキルテスト
- パート 5A : BLS 更新レッスンプラン
 - レッスン 2 : 成人 BLS (視聴しながら練習 : 救助者 1 人 成人 BLS : 視聴しながら練習 : バッグマスク)
 - レッスン 3 : 特別な留意事項 (視聴しながら練習 : 補助呼吸 [成人])
 - レッスン 9 : スキルテスト
- パート 6 : HeartCode BLS レッスンプラン
 - レッスン 2 : 成人 BLS (視聴しながら練習 : ポケットマスク ; 視聴しながら練習 : 救助者 1 人 成人 BLS : 視聴しながら練習 : バッグマスク ; 視聴しながら練習 : 救助者 2 人 成人 BLS)
 - レッスン 4 : 特別な留意事項 : 補助呼吸 (視聴しながら練習 : 補助呼吸 [成人])
 - レッスン 10 : スキルテスト

3. 除細動パッド

2025 年の変更点

- 心停止の成人に除細動パッドを取り付ける際、ブラジャーを外さずに位置を調整することは妥当としてよい。

- 女性は、男性に比べて一般市民による除細動の実施率が著しく低い。パッドやパドルを胸に直接取り付ける必要があることが、その一因となっている場合がある。ブラジャーを外さずに調整することができれば、女性の胸部を露出させることに対する救助者の抵抗感などの要因を軽減できる可能性がある。
- 胸の肌に除細動パッドを貼る際は、1枚のパッドを右上胸部に縦向きに貼る。パッドの上端が鎖骨のすぐ下に位置するように貼る。2番目のパッドを左側部の肋骨に横向きに貼る。パッドの中央が、中腋窩線上の腋窩（脇の下）より下に位置するようにする。

ここへの適用

- **パート5：BLS レッスンプラン**
 - **レッスン3**：AEDとバッグマスク（AED復習；受講者練習：AED）
 - **レッスン4**：救助者2人成人BLS（受講者練習 [オプション]：救助者2人AEDを使用した成人BLS）
- **パート5A：BLS更新レッスンプラン**
 - **レッスン2**：成人BLS（AED復習；受講者練習：AED）
- **パート6：HeartCode BLS レッスンプラン**
 - **レッスン3**：大人，小児，乳児用AED（ディスカッション：AED復習；受講者練習：AED；受講者練習 [オプション]：救助者2人AEDを使用した成人BLS）

4. 毒学：オピオイド過剰摂取

2025年の変更点

- 一般救助者および訓練を受けた救助者においては、質の高い人工呼吸と心肺蘇生（CPR）を含む標準的蘇生の実施を妨げない限り、オピオイド過剰摂取が疑われる心停止の成人および小児に対してオピオイド拮抗薬（例：ナロキソン）を投与することは妥当といえる。

ここへの適用

- **パート5：BLS レッスンプラン**
 - **レッスン5**：特別な留意事項（動画を再生 [オピオイド関連の生命を脅かす緊急事態]）
- **パート5A：BLS更新レッスンプラン**
 - **レッスン3**：特別な留意事項（動画を再生 [オピオイド関連の生命を脅かす緊急事態]）

5. 異物による気道閉塞

2025年の変更点

- 重度の異物による気道閉塞を起こした成人には、物体が排出されるか、反応がなくなるまで、背部叩打5回の後に腹部突き上げ法5回を交互に繰り返すサイクルを実施すべきである。
- 重度の異物による気道閉塞がある小児には、物体が排出されるか、反応がなくなるまで、背部叩打5回と腹部突き上げ法5回を交互に繰り返すサイクルを実施すべきである。救助者は救急対応システムに通報すべきである。
 - 成人および小児には、手掌基部を用いて、対象者の肩甲骨の間を力強く5回背部叩打を行う。背部叩打法で窒息が解消されない場合、5回の腹部突き上げ法を行う。片方の手で拳を作り、もう一方の手でそれを握り、すばやく力強く上向きに突き上げるように、その拳を相手の腹部に押し当てる。突き上げる際、毎回別々の明確な動きで行う。異物が排出されるか、反応がなくなるまで、背部叩打5回の後に腹部突き上げ法5回を交互に続ける。

- 重度の異物による気道閉塞がある乳児に対しては、異物が排出されるか、反応がなくなるまで、背部叩打5回と胸部突き上げ法5回を交互に繰り返すサイクルを実施すべきである。救助者は救急対応システムに通報するべきである。
 - － 乳児に胸部突き上げ法を行うには、乳児を仰向けに抱き、前腕を太ももに乗せる。乳児の頭を体幹よりも低く保つ。一方の手の付け根を胸の真ん中にすばやく下方向に、胸骨の下半分を超えるように5回胸部突き上げ法を行う。胸部突き上げ法を1秒間に約1回の割合で、それぞれ異物が排出されるのに十分な力で行う。異物が除去されるか、反応がなくなるまで、最大5回の背部叩打と最大5回の胸部突き上げ法を繰り返す。

ここへの適用

- **パート5：BLS レッスンプラン**
 - － **レッスン9**：窒息の緩和（ディスカッション；ビデオの一時停止と視聴しながらの練習：反応のある乳児の窒息の緩和）
- **パート5A：BLS 更新レッスンプラン**
 - － **レッスン7**：窒息の緩和（ビデオの一時停止と視聴しながらの練習：反応のある乳児の窒息の緩和）
- **パート6：HeartCode BLS レッスンプラン**
 - － **レッスン8**：窒息の緩和（ディスカッション；視聴しながらの練習：反応のある乳児の窒息の緩和）

6. 質の高い CPR の構成要素

2025 年の変更点

- 心停止状態の乳児および小児では、CPR の中断を最小限に抑え、胸骨圧迫の中断時間は 10 秒未満にすべきである。

ここへの適用

- **パート5：BLS レッスンプラン**
 - － **レッスン7**：小児 BLS（視聴しながら練習：救助者2人 小児 CPR）
 - － **レッスン8**：乳児 BLS（視聴しながら練習：救助者2人 乳児 CPR）
 - － **レッスン11**：スキルテスト
- **パート5A：BLS 更新レッスンプラン**
 - － **レッスン5**：小児 BLS（視聴しながら練習：救助者2人 小児 CPR）
 - － **レッスン6**：乳児 BLS（視聴しながら練習：救助者2人 乳児 CPR）
 - － **レッスン9**：スキルテスト
- **パート6：HeartCode BLS レッスンプラン**
 - － **レッスン6**：救助者2人 小児 CPR（視聴しながら練習：救助者2人 小児 CPR）
 - － **レッスン7**：乳児 BLS（視聴しながら練習：救助者2人 乳児 CPR）
 - － **レッスン10**：スキルテスト

7. 乳児に対する胸骨圧迫

2025 年の変更点

- 乳児に対しては、片手の付け根または胸郭包み込み両母指圧迫法を用いて胸骨圧迫を行う。救助者が胸を物理的に囲めない場合は、片手の付け根で胸を圧迫することが推奨される。



- 乳児への2本指圧迫法による CPR は、もはや推奨されない。

ここへの適用

- **パート 5 : BLS レッスンプラン**
 - **レッスン 8 :** 乳児 BLS (ビデオを再生し, 視聴しながら練習する : 乳児圧迫 ; 動画を再生し, 視聴しながら練習 : 救助者 2 人 乳児 CPR)
 - **レッスン 11 :** スキルテスト
- **パート 5A : BLS 更新レッスンプラン**
 - **レッスン 6 :** 乳児 BLS (ビデオを再生し, 視聴しながら練習する : 乳児圧迫 ; 動画を再生し, 視聴しながら練習 : 救助者 2 人 乳児 CPR)
 - **レッスン 9 :** スキルテスト
- **パート 6 : HeartCode BLS レッスンプラン**
 - **レッスン 7 :** 乳児 BLS (ビデオを再生し, 視聴しながら練習する : 乳児圧迫 ; 動画を再生し, 視聴しながら練習 : 救助者 2 人 乳児 CPR)