



일반인을 위한 CPR 정리 (2011년 지침)

구성 내역	성인	소아	영아
의식 확인 및 119 신고	의식 확인 (가볍게 어깨를 두드리며, "괜찮으세요"라고 묻는다)		
	119에 신고하여 자동제세동기 요청 (협조자를 명확히 지목하고, 업무를 분담한다)		
	무호흡 또는 비정상적 호흡(헐떡이는 호흡)		
	맥박 촉지는 하지 않는다		
순서	C (가슴압박) → A (기도유지) → B (인공호흡)		
손 위치	가슴 중앙, 가슴뼈 아래쪽 1/2 (단, 칼돌기는 피한다)		가슴 중앙, 유두선 바로 아래
압박 속도	약 100회/분(~ 120회/분) (처치자의 팔꿈치를 곧게 펴고, 환자와 수직을 유지한다)		
압박 깊이	5cm 이상	가슴 두께의 1/3 이상 혹은 약 5cm	가슴 두께의 1/3 이상 혹은 약 4cm
가슴 이완	가슴압박과 가슴압박 사이에 가슴이 완전히 원래의 위치로 올라오도록 힘을 빼다		
가슴압박 중단	가슴압박 중단을 최소화 한다 (불가피한 중단 시간은 10초 미만)		
기도 유지	이마 젖히고 턱 들어올리기		
인공 호흡	보통 호흡으로 1초 동안 천천히 불어 넣는다 (환자의 가슴이 올라오는지 확인하면서 불어넣는다)		
가슴 압박 : 인공 호흡	30:2		
	흉부압박만 시행 (처치자가 교육을 받지 않았거나, 교육을 받았지만 인공호흡이 능숙하지 않은 경우)		
제세동	가능한 빨리 자동제세동기 부착하고 사용한다 전기충격 후 즉시 가슴압박을 시작한다.		