

緊急傷病救護技術訓練

適用對象：全校人員

# 校園急救宣傳 懶人包



臺北醫學大學

傷害防治學研究所 製作

# 校園實用急救懶人包目錄

1. 急救口訣
2. CPR(心肺復甦術)口訣
3. AED(自動體外心臟電擊去顫器)口訣
4. 異物梗塞處理原則
5. 哈姆立克法操作步驟
6. T.I.M.E. 傷口照護概念
7. 止血包紮處置原則

# 急救口訣

叫



**確認意識**

雙手拍打患者雙肩

叫



**請求支援**

撥打求救電話119  
並取得AED

C



**CPR**

開始心肺復甦術CPR

D

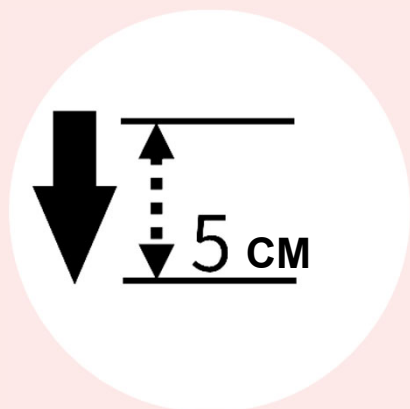


**AED**

聽從指示操作AED

# CPR(心肺復甦術)口訣

用力壓



按壓深度  
至少5cm

快快壓



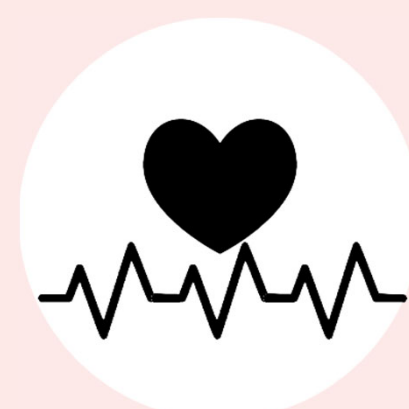
胸部按壓  
100-120次/分鐘

胸回彈



確保胸部  
完全回彈

莫中斷



避免按壓中斷  
(中斷 < 10秒)

# AED(自動體外心臟電擊去顫器)口訣

開



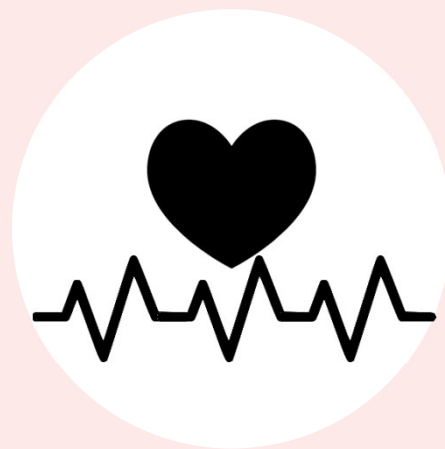
打開電源  
聽從語音指示

貼



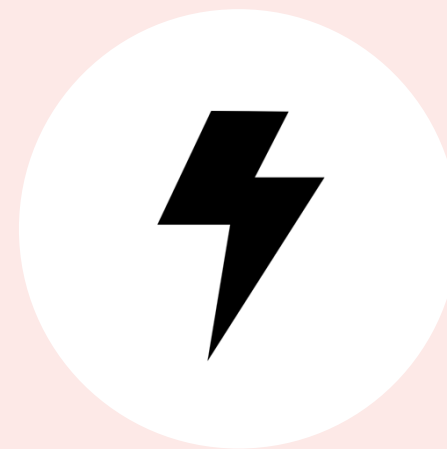
拉開衣服  
貼上電極貼片

插



插入電擊插孔  
等待分析

電



確定無人接觸病患  
依指示電擊

# 異物哽塞處理原則

難呼吸，無咳嗽

有呼吸，會咳嗽

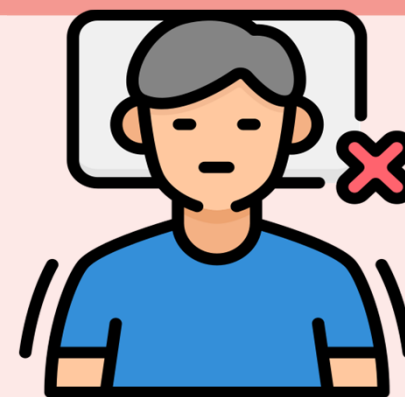


↓  
鼓勵自咳



↓  
哈姆立克法

意識昏迷無呼吸



↓  
直接CPR



# 哈姆立克法操作步驟



## 確認患者異物梗塞

意識清醒  
無法發出聲音  
無法自行咳嗽



## 站在患者身後

施救者站在患者身後，  
腳步成弓箭步，前腳  
於患者雙腳間



## 一手握拳置於 患者上腹

一手握拳，拳眼對準患  
者肚臍及胸骨劍突之間



## 另一手握住拳頭， 快速往內往上按壓

另一手握住自己拳頭，快速往內  
往上按壓，直到患者將異物吐出

# T.I.M.E. 傷口照護概念

Tissue



組織的清潔與換藥

Infection



防止傷口感染或發炎

Moisture



保持傷口合適的濕潤環境

Edge

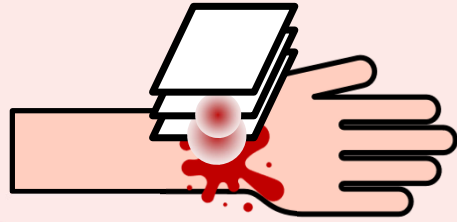


評估傷口邊緣情形  
協助組織生長



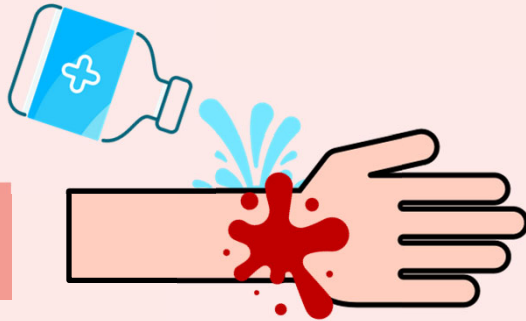
# 止血包紮處置原則

## 1. 加壓止血



以無菌紗布直接加壓止血

## 2. 清潔傷口



包紮前傷口若有髒汙，應使用生理食鹽水清洗傷口

## 3. 包紮傷口



使用無菌敷料覆蓋後，用紙膠、彈繃、三角巾固定敷料