

## 健康週報

【 全校一起CPR 急救不分你我他 】

發行日期：112年09月25日

各位同學們，是否在路上有時候看到車禍、有人昏倒這是一些需要幫助的時候，不知道該怎麼辦呢?! 是該上去協助?、該打電話報警?、還是直接不管的跑掉呢?相信在大家心中也常常會出現這樣的想法，但不知道該怎麼辦，今天就讓我們來一起學學如果遇到了該怎麼樣的協助。

### 一、如果遇到緊急事件，我到底該不該上前幫忙

世界上的先進各國，早就透過法律的手段保護善心的救助者免於法律的咎責。在英美法系的國家，這種法律叫做《善良撒馬利亞人法》

台灣的法律，其實本來也有類《刑法》、《民法》、以及《醫師法》當中。而《緊急醫療救護法》在最近一次的修法中，更明定迫切危險狀況使用緊急救護設備進行急救的行為，適用《民法》、《刑法》免責的規定。

**緊急醫療救護法**第十四之二條：救護人員以外之人，為免除他人生命之急迫危險，使用緊急救護設備或施予急救措施者，適用《民法》、《刑法》**緊急避難免責之規定**。

所以當遇到問題時，就放心大的地去做吧，有做就有機會從你的手上救回一條寶貴的生命，而且法律會保護你免於受到責難。即使最後人沒有救回來，我們也可以驕傲地告訴自己很有勇氣而且已經盡力了。

### 二、生存之鏈



所謂的生存之鏈的各個環節都是缺一不可息息相關的，只要能讓每個環節緊緊相扣，患者被救起生命的機會就會大大提升。

**【04、04、C、A】、【叫、叫、C、A】**

**【04、04、C、A】**

**很重要，所以要說好多好多遍**

1. 評估現場環境是否安全

在開始接觸患者時，要先對環境周圍安全做評估，是否在施救過程中自己也身陷在危險之中，例如：工地有人昏倒，可是上方有大型物件搖搖欲墜，此時的你，應該先將患者移到安全的地方，在開始對患者施救。

所以救人之前要先保護好自己，評估環境是否安全，戴手套、口罩，必要時戴護目鏡及穿著防護衣，保護自身的安全。

2. 叫患者有無意識

靠近患者後，**雙手大力拍打雙肩**，呼喚患者評估患者有無反應，其中包括**完全沒有肢體的移動**；**完全沒有聲音**；**完全沒有眨眼的動作**，這樣才可以確認此病患完全沒有反應。

此時也可評估個案呼吸情形，在心中默念10秒，看患者胸部有無起伏，去評估呼吸情形，超過10秒沒有呼吸或10秒以後才出現一聲**嘆氣式(瀕死式)**的呼吸，皆屬於無效性呼吸，都需要立即急救唷！

3. 叫救護車啟動緊急醫療

如果身邊有其他人，可以請他人協助撥打119，如此時身邊的沒有其他人的時候，就立即拿起手機，撥打119並開啟擴音，線上的救護人員會教導你如何正確的操作CPR。另外撥打119報案，也是有技巧的，人、事、時、地，說得越清楚，急救人員會越快來到你身邊。

**人**:性別、大概年齡、什麼情形 **事**:發生什麼事、

**時**:發生時間(直接目擊或經過已經倒地)

**地**:地點在哪裡(最好可以說出**地址**或是**路名**)

如果迷路在荒郊野地沒辦法說出可以看看附近的

電線桿或電箱，上面會有一組神秘編號，救護人員也可以立即到達你身邊唷



4. CPR按壓

確認患者躺在穩固的平面上，兩膝打開與肩同寬，跪在患者身側，膝蓋盡量靠近患者身體。並將兩手交疊，放置於**胸骨下1/3的位置**，手肘打直，肩膀前傾，使肩膀位於雙手的正上方，垂直向下壓。壓胸深度**至少5公分**，且速度為**每分鐘100~120下**(約每秒2下)。

**【用力壓、快快壓、胸回彈、莫中斷】**

5. AED的使用

**【開、貼、插、電】** 跟著指示做，不用擔心會做錯。

