

搶救黃金時間 救人一命人人有責

■ 圖文 / 急診室鄭伊萍護理師



當你和你的朋友路過公園，看見一位長輩意識昏迷，沒有呼吸，此時此刻具有愛心的你，是不是很想幫助他呢？可是又不知道如何做？這時候就讓高雄市立聯合醫院急診室與您分享『搶救黃金時間，救人一命，人人有責CPR+AED』

一、為什麼大家都要學習心肺復甦術(CPR)呢？

因為希望每一個人都能夠達到3E的境界(Early盡早做大家都要會做、Easy好記且好做、Effective有效拯救更多病患)。

二、急救之重點是什麼

腦-心-肺(缺氧4-6分鐘即可能腦死)
生命之鏈緊緊相扣，且有效執行，救活率可提高到47%。



三、如何正確的執行心肺復甦術





(一)叫：(出聲叫喚-輕拍肩膀，評估個案有無正常呼吸及意識)



(二)叫：(尋求協助.求救.打119)

(三)壓(C)：壓胸維持循環

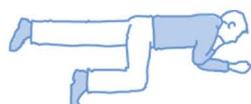
- 1.兩乳頭連線中點進行胸部按壓
- 2.手指相互交叉
- 3.腕，肘，肩三個關節打直和患者胸部成垂直
- 4.每分鐘至少100-120下
- 5.下壓至少2英吋、約5-6公分(胸部厚度1/2-1/3)
- 6.每次按壓30下，配合吹2口氣(30：2)
- 7.需喊出2個音節配合壓放：一下...十下,十一.....三十
- 8.操作5個循環(30：2)約2分鐘後，評估急救成效



四、復甦姿勢 Recovery position- 嘔吐物可較容易由嘴角流出

復甦姿勢實施方法

- 1.將病人翻向施救者同側位置
- 2.同側手成打招呼狀
- 3.對側手置於胸前
- 4.抬高大腿或將小腿交叉



注意事項

- 1.翻轉支點為肩膀及大腿或骨盆
- 2.轉為側躺後，以手墊於頭下方將頭後仰

五、自動體外電擊器(傻瓜電擊器)AED

- 1、容易使用，容易攜帶
- 2、內建語音提示操作(中文)
- 3、內建電腦程式自動判別心律不整，自動電擊
- 4、使用時機：患者無意識/無呼吸/無脈搏

5、AED操作步驟

- step.01 打開電源開關(開)
- step.02 貼上電擊片，插入導線(貼)
- step.03 判讀分析心律(讀)
- step.04 確定無人接觸病人，依機器指示電擊(電)
- step.05 電擊後持續CPR壓胸(壓)

六、再次提醒大家，讓我們共同努力，落實心肺復甦術(CPR與AED)於生活中

- (一)保護自己、評估現場環境安全。
- (二)盡量讓患者平躺於硬板處，頭不可高於心臟。
- (三)五字口訣：叫叫CAB。
- (四)盡量不要中斷CPR時間超過10秒鐘
- (五)最高品質的CPR：夠快、夠深、有回彈、不中斷。

※ 搶救黃金時間，救人一命，你我有責 ※