



臺北市政府消防局緊急救護訓練教材

# 民眾版心肺復甦術、異物 哽塞排除法

# 心肺復甦術 (CPR)的目的

- CPR：Cardiopulmonary Resuscitation
- 有效的CPR可以將**氧氣與血液**運送至**腦部**、**心肌**，減緩細胞死亡的速度，增加救活機率以及減少變成植物人之可能性

# 為什麼很多人學過還是不敢壓？

- 怕感染
- 怕壓斷肋骨
- 怕壓錯活人
- 怕被告

## 不知道患者有什麼疾病？怕被感染

- 常見會經由血液、體液傳染的疾病有B肝、C肝和愛滋病，傳染途徑主要是不安全的性行為、共用針頭及針扎等，除非接觸部位剛好有傷口，否則不會經由單純的接觸傳染的。



# 緊緊相扣的救命行動

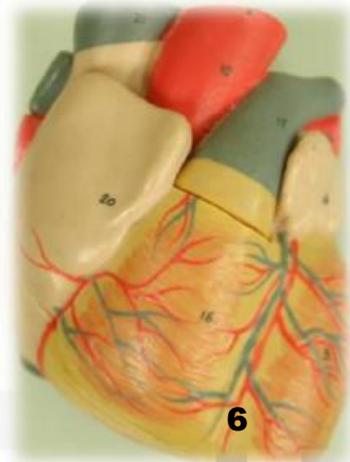
## OHCA生命之鏈



圖擷取AHA救命行動

# 心肺復甦術CPR（黃金時間）

- 4分鐘內為黃金時間
- 4~6分鐘，腦細胞或有損傷之可能。
- 6分鐘以上有不同程度之損傷。
- 10分鐘以上腦細胞缺氧而導致壞死。



# 誰能在4分鐘內開始CPR+AED

- 一般民眾(家人、朋友或路人)
- 第一線反應員(first responder)
- 救護人員
  - 緊急救護技術員(EMT)
  - 醫師或護理人員

**你就是關鍵!!!**



## 壓斷肋骨怎麼辦？

- 正確的壓胸可提升正確率
- 斷裂的肋骨不會刺到內臟
- 病人存活出院會自行復原

## 怕壓錯活人？

- 只要對象不是長期臥床原本就對痛沒有反應的患者，活人一接受到CPR壓胸時，臉部會有痛苦的表情，手腳會有明顯想反抗的表現，只要仔細觀察患者反應，就不會壓錯。

# 萬一沒救活會有法律責任嗎？

緊急醫療救護法 第14-2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。

## 條文內容

法規名稱：緊急醫療救護法 **EN**

法規類別：行政 > 衛生福利部 > 醫事目

※如已配合行政院組織改造，公告變更管轄或停止辦理業務之法規條文，請詳見沿革

- 第 14-2 條
- 1 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。
  - 2 救護人員於非值勤期間，前項規定亦適用之。

# 連續胸部按壓(CCC)

## Continuous Chest Compression

- 一般人對於人工呼吸有疑慮。
- 只做**連續胸部按壓**也能達到急救效果。

# 民眾版-心肺復甦術口訣

確認現場安全

**叫**-確認傷病患有無反應

**叫**-求救(119)，取得AED

確認有無呼吸或適當呼吸

**壓**— Continuous Chest Compression

**電**—使用AED



圖摘自ERC

# 確認環境安全

確認現場安全

叫-確認傷病患有無反應

叫-求救(119)，取得AED

確認有無呼吸或適當呼吸

壓-Continuous Chest Compression

電-使用AED



圖摘自ERC

- 急救之前，確認自身及傷病患**安全**



# 急救流程

確認現場安全

叫-確認傷病患有無反應

叫-求救(119)，取得AED

確認有無呼吸或適當呼吸

壓-Continuous Chest Compression

電-使用AED



圖摘自ERC

## 叫 (確認反應)

- 以呼喚、輕拍方式檢查有無反應



# 急救流程

## 叫 (求救)

- 用自己的手機打119求救
- 只要沒有反應就求救
- 設法取得AED(自動體外心臟電擊器)

確認現場安全

叫-確認傷病患有無反應

叫-求救(119)，取得AED

確認有無呼吸或適當呼吸

壓-Continuous Chest Compression

電-使用AED



圖摘自ERC



確認現場安全

叫-確認傷病患有無反應

叫-求救(119)，取得AED

確認有無呼吸或適當呼吸

壓-Continuous Chest Compression

電-使用AED



## 確認是否有正常呼吸？

- **慢的不正常呼吸就CPR**:不確定有沒有呼吸、非常微弱、若有似無、呼吸頻率異常緩慢...
- 大多數心臟停止病人，呈現**瀕死式呼吸**
- **瀕死式呼吸**:
  - 呼吸時**胸部無起伏**
  - **張口呼吸**
  - 呼吸頻率**緩慢**
  - 時常伴隨異常呼吸聲

# 急救流程

## 壓 胸部按壓

(Continue Chest compressions)

- 將患者搬到地上躺平
- 不要墊枕頭
- 床板是硬的就在床上壓

確認現場安全

叫-確認傷病患有無反應

叫-求救(119)，取得AED

確認有無呼吸或適當呼吸

壓-Continuous Chest Compression

電-使用AED



圖摘自ERC



# 急救流程

## 壓 胸部按壓

(Continue Chest compressions)

- 按壓位置：胸骨與兩乳頭連線中點
- 下壓深度：至少5公分  
(全身力氣往下壓)
- 按壓速率：1秒壓2下
- 手肘打直

確認現場安全

叫-確認傷病患有無反應

叫-求救(119)，取得AED

確認有無呼吸或適當呼吸

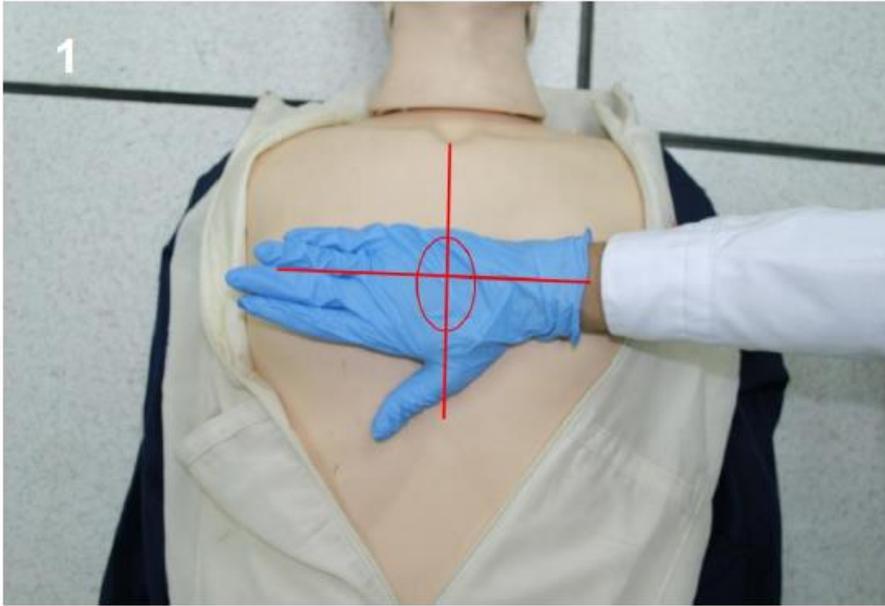
壓-Continuous Chest Compression

電-使用AED



圖摘自ERC







# 電 電擊病人

1. 確認環境安全

2. 叫：呼叫病人

3. 叫：叫人求救

4. 壓：按壓胸部

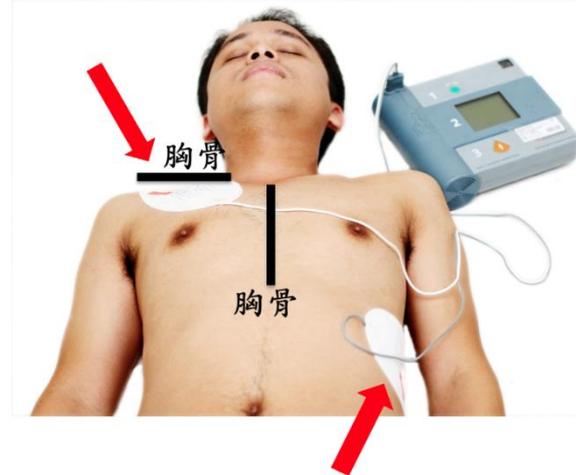
5. 電：電擊病人

1. 打開AED電源，依AED語音指示操作

2. 電擊後，繼續CPR，繼續急救2分鐘至AED語音再次分析心律



右側電擊片：置於胸骨右上緣，鎖骨下方



左側電擊片：置於左乳頭左下外側

# 急救重點

- 電擊後，立刻繼續CPR
- CPR 2分鐘後，評估有無正常呼吸
  - 有呼吸但無意識：持續觀察，維持呼吸道暢通等待119到達。（可將病人擺「復甦姿勢」）
  - 無呼吸：換人繼續CPR，若無人替換時，急救至119救護人員接手或體力能負荷前。

# 復甦姿勢—頸椎沒有受傷時

1



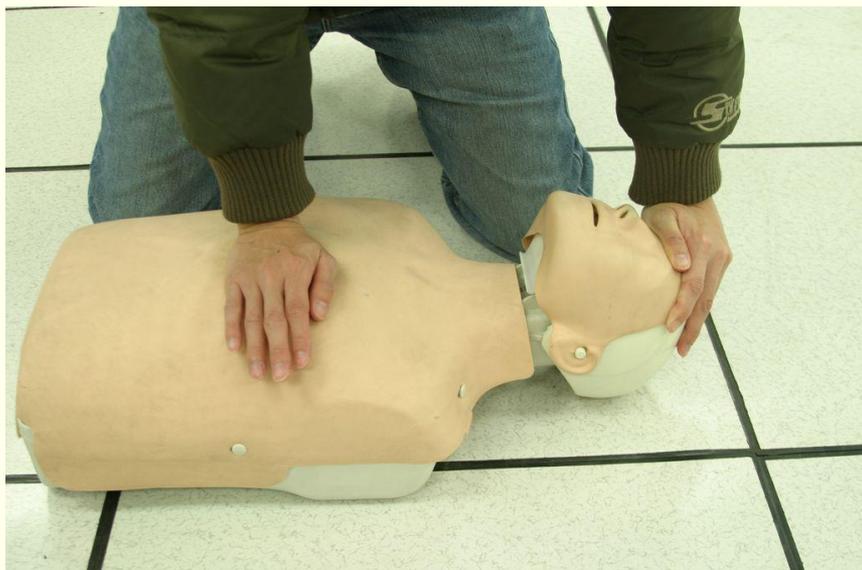
2



3



# 小兒、嬰兒胸部按壓位置



## 小兒

- 胸骨與乳頭連線中點



## 嬰兒

- 兩乳頭連線中點下

# 高品質的CPR

口訣：**兩乳連線 壓胸骨**  
**每秒2下 用力壓**  
**壓胸回彈 莫中斷**

- 兩乳連線(按壓位置為兩乳連線的中點)
- 壓胸骨(手掌掌根壓在兩乳連線及胸骨交叉點)
- 每秒2下(約每分鐘**100-120次**的速率)
- 用力壓(全身力氣向下壓，深度**至少5公分**)
- 壓胸回彈(每次按壓後完全回彈)
- 莫中斷(連續按壓不中斷)

# DA-CPR線上指導急救



- 叫患者沒有反應，立即用**自己手機撥打119**
- 119執勤員**會線上指導**報案者判斷與急救，  
且**同步**派遣救護車前往現場
- 手機請**先開啟擴音**，便於一邊聽119的指導  
一邊進行壓胸急救
- 若用市話打119，119會**問手機號碼**後回撥

# 何時停止CPR

- 病人已恢復自然呼吸及循環
- 救護人員接手時

## 相關教學影片

(歡迎拍照，課後複習觀看)

- 民眾版心肺復甦術



# CPR叫叫壓電、緊扣生命之鏈

看見重生的力量與希望  
臺北有您真好

# 異物哽塞排除法

# 異物哽塞的排除法

## 先：撥打119

### ■ 意識清楚：

1. 輕度哽塞：鼓勵咳嗽和用力呼吸
2. 重度哽塞：嘗試環抱腹戳排除

### ■ 意識喪失：

嘗試胸部按壓排除

# 異物哽塞的排除法1

## ■ 患者意識清醒：

若患者因輕度哽塞而正在用力咳嗽時，絕不要去干擾病人自發性的咳嗽和出力呼吸。



Photo by TFD

## 異物哽塞的排除法2-1

■ 患者意識**清醒**：

但呈現**重度**哽塞症候

- ✓ 如咳嗽聲音逐漸微弱或沒有咳嗽
- ✓ 呼吸更加困難
- ✓ 不能呼吸
- ✓ 吸氣時有高頻率的雜音（喘鳴聲）
- ✓ 發紺、不能說話或全身軟弱等症狀
- ✓ 病人可能會將兩手掐住自己的脖子

**此時，你該介入處置了**



Photo by TFD

## 異物哽塞的排除法2-2

### ■ 患者意識清醒：

1. 立即詢問患者「你噎到了嗎？」
2. 若患者點頭表示或沒有說話時，應立即在患者後面使雙腳成弓箭步。



## 異物哽塞的排除法2-2

3. 一手**握拳**（大拇指與食指形成拳眼，面向病患腹部）放於**上腹部正中線**，**位置稍高於肚臍**，另一手**抱住**就位之拳頭。
4. 雙手用力向患者的**後上方快速瞬間重複推擠**。



# 異物哽塞的排除法3-1

## ■ 患者意識喪失：

若異物無法排除且患者意識喪失而癱在施救者身上時

1. 弓箭步之後腳應往後退，小心迅速將患者仰躺於地上。

## 異物哽塞的排除法3-2

### ■ 患者意識喪失：

2. 以壓額抬下巴法打開患者的呼吸道，同時間若發現病人嘴內有可見的固體異物時，應先實施手指清除。
3. 若已被手指清除後或無可見的固體異物時，給予吹氣1次。
4. 若氣吹不進去或胸部沒有升起時，重新打開呼吸道，再吹氣1次。吹氣時，拇指與食指應捏住病患鼻孔(若不願意吹氣時，直接壓胸位置)

## 異物哽塞的排除法3-3

### ■ 患者意識喪失：

5. 若氣仍吹不進去或胸部仍沒有升起時，應**立即給予胸部按壓30次**（約100次/分鐘的速率），同時要目視是否有異物排出或阻塞解除的現象。
6. 重複步驟2~5，直到阻塞解除或119救護人員接手為止。



# 孕婦及肥胖者：腹戳位置較肚子上方



Photo by TFD

# 小兒

- 方法與成人急救相同，惟體形較小時，急救者應使用**單手腹搓**



Photo by TFD

# 嬰兒

- 背部扣擊-胸部快速按壓法(各5次)



## 相關教學影片

(歡迎拍照，課後複習觀看)

- 兒童及嬰兒急救  
及異物哽塞處置



# 報乎您知



 臺北市政府消防局

**救命於旦夕**  
**送醫莫指定**

**嚴重外傷送適當創傷中心 死亡率下降25%**  
**一般外傷送就近責任醫院 送醫時間節省33%**

廣告

**嚴重外傷依救護人員之建議送醫，勿指定遠送。**



- 心肌梗塞患者必須在症狀發作後盡速就醫治療。
- 若出現胸悶、胸痛(常合併轉移痛、噁心、呼吸喘及冒冷汗)等症狀請「儘速撥打119」把握黃金治療時間!



- 根據統計中風患者約7成為缺血性腦中風，其【**血栓溶解劑**】必須在症狀發作**3小時**內使用。
- 若出現FAST任一徵兆有72%的機率為急性腦中風，請記下「**發作時間**」與「**儘速撥打119**」把握黃金治療時間！



• 珍惜緊急救護資源，救護車請留給危急的人!

# 歡迎您下載App

## 「急救先鋒」App



## 影片介紹



# 看見重生的力量與希望 臺北有您真好

