

# 簡易急救常識



中華民國紅十字會總會 編印  
 網址：www.redcross.org.tw  
 E-mail：redcross@redcross.org.tw

## 急救的基本概念

急救是當人遭受事故傷害或突發疾病，在醫療設備不足、未送醫前或醫療救護人員未到達時，給予傷患現場立即之臨時緊急救護措施。最主要的目的在於挽救生命、防止傷勢惡化並使傷患及早獲得治療。

### 急救的任務及次序：

- 一、安 全：確定傷患與救援者無進一步的危險。
- 二、檢查傷患：包括傷患意識、呼吸、脈搏、瞳孔、有無外傷及出血等。
- 三、求 援：1. 現場冷靜指揮，請旁人或自行撥打119(手機無訊號112)，以儘速取得自動體外去顫器(AED)。  
2. 如溺水、創傷、藥物中毒或小於8歲的兒童，先做CPR五個循環(約2分鐘)，再打電話求援。  
3. 撥打119應說明地點、傷情、人數、姓名及所需支援事宜等。
- 四、急救優先次序：
  1. 維持呼吸道暢通。
  2. 重建呼吸功能：呼吸停止時，施予人工呼吸。
  3. 重建循環功能：

- (1) 心跳停止時，施予CPR。
  - (2) 嚴重出血者予以止血。
  4. 預防休克。
  5. 預防再次受傷。
- 五、急救應把握的原則：
1. 將傷患置於正確舒適的姿勢，防止病情惡化。
  2. 保暖，但避免過熱而出汗。
  3. 給予傷患心理支持。
  4. 詳細記錄，並隨時觀察傷患病情的變化。
- 六、儘速送醫。

## 成人呼吸、心跳停止的急救

任何原因，造成傷患呼吸、心跳停止時，應立即實施心肺復甦術，因為腦部缺氧超過4~6分鐘可能造成腦部的損傷。

成人心肺復甦術進行步驟：2005年民眾版(如圖示)



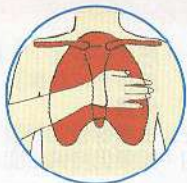
1. 確定傷患無意識時，立刻撥打119求援。



2. 暢通呼吸道，檢查呼吸不超過10秒鐘。



3. 確定傷患無呼吸時，給予2口氣，每次吹氣1秒鐘。



胸部按壓位置  
 兩乳頭連線中間的胸骨處  
 (胸骨下半段)



4. 立刻進行心肺復甦術：  
 · 速率100次/每分鐘。  
 · 按壓深度4~5公分。  
 · 胸部按壓：人工呼吸=30：2

## 呼吸道異物哽塞的急救

- 一、輕度氣道阻塞時：  
 鼓勵患者有效用力咳嗽，將異物咳出，不要干擾。
- 二、重度氣道阻塞時：  
 (一) 清醒患者的急救



呼吸道異物哽塞的手勢



1. 成人與兒童採哈姆立克法(腹部壓擠法)



施救者握拳法



2. 懷孕末期、肥胖者採胸部壓擠法



3. 患者自救法

## (二) 昏迷患者的急救



1. 確定無意識。



2. 求援。



3. 暢通呼吸道：  
 用壓額提下巴的方法，口腔內如有異物，立即清除。



4. 檢查呼吸：  
 用看、聽、感覺檢查呼吸(不超過10秒鐘)。



5. 無呼吸，吹一口氣，氣吹不進，重新暢通呼吸道再吹一次，仍吹不進。



6. 直接以CPR重複30：2的循環方式進行異物哽塞處理，直到生效、有他人接手或傷患會動為止。

註：每次吹氣前檢查口腔，若有可見異物，立即清除，繼續進行CPR。

註：施救者為一般民眾時：

- 不檢查脈搏，直接進行CPR，重複30：2之胸部按壓與人工呼吸，如有會操作CPR人員協助時，每2分鐘換手一次，換手時間不超過5秒鐘，直到醫療救護人員到達或傷患會動為止。
- 傷患如有正常呼吸，仍無意識，採復甦姿勢，並隨時觀察呼吸狀況，儘速送醫。

## 嚴重出血的急救

### 一、立刻止血。

#### (一) 直接加壓止血法



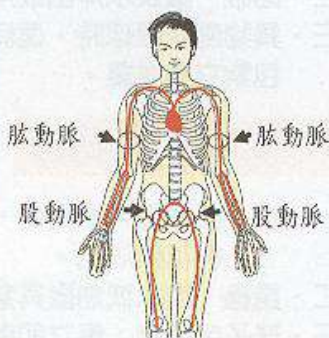
#### (二) 抬高傷肢止血法



#### (三) 止血點止血法



#### 四肢止血點位置圖



### 二、預防休克。

### 三、覆蓋傷口，預防感染。

四、若有斷肢，應以無菌濕敷料包裹，置塑膠袋內，並於塑膠袋外置冰塊（保持溫度於攝氏4度），隨同傷患送醫縫合。

### 五、向119求援，儘速送醫。

6

## 中暑的急救

一、症狀：體溫高達41℃以上，皮膚乾而紅，可能曾經出汗，脈搏快而弱。

二、急救：1. 移至通風處，解開束縛衣物，並將患者頭肩部墊高仰臥休息。

2. 儘快降低體溫，可用毛巾浸冷水拍拭全身。

3. 清醒患者可供給生理食鹽水或運動飲料。

4. 中暑死亡率高，應向119求援，儘速送醫。

## 中熱衰竭的處理

一、症狀：大量出汗、皮膚蒼白、濕冷、脈搏快而弱、疲倦、噁心、頭暈。

二、急救：1. 移至通風處，平躺腳抬高（如圖示）。

2. 供給生理食鹽水或運動飲料。

3. 立即送醫。



意識不清及昏迷患者，不可給予任何飲料。

7

## 急性心臟病的處理

一、患者採半坐臥姿勢（如圖示）。

二、如患者已接受治療，可協助其服用藥物。

三、迅速撥打119求援及送醫。

四、供給適當的通風。

五、給予患者心理支持。

六、必要時，施行人工呼吸、胸部按壓。

急性心臟病  
姿勢處理



## 中風的處理

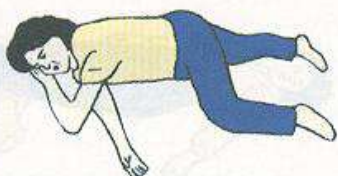
一、患者意識清醒時給予平躺，頭肩部微墊高。

二、若有分泌物流出，使患者頭側一邊。

三、昏迷者採復甦姿勢（如圖示）。

四、鬆解衣物、保暖、不可進食。

五、立即向119求援送醫。



中風：有分泌物姿勢處理

## 痙攣或抽搐的處理

一、保護患者的安全。

二、維持呼吸道通暢。

三、痙攣停止後，讓患者安靜、休息、保暖。

四、嚴重者儘速向119求援送醫。

五、預防吸入分泌物及維持呼吸道暢通，讓患者採復甦姿勢。

## 異物入眼的處理

一、不可用手揉。

二、閉眼，讓淚水沖出或用手帕沾出異物。

三、異物刺入眼球時，傷側用環形墊固定，將雙眼包紮立即送醫。

## 異物入耳的處理

一、水：頭偏向入水耳側，跳一跳；使水流出或用棉花棒沾乾。

二、昆蟲：滴水或油讓其窒息而死，送醫取出。

三、珠子或硬物：應立即送醫取出。

## 異物入鼻的處理

一、如易取出，可試擤鼻子使異物出來，唯小孩不可。

二、不易取出，不可挖鼻孔，應立即送醫。

## 食入性中毒的處理

- 一、患者清醒時：詢問患者因何中毒。
- 二、患者已昏迷，暢通呼吸道，可採取復甦姿勢，若呼吸停止者，立即施以人工呼吸。
- 三、保暖、預防休克。
- 四、將患者及現場遺留之毒物、嘔吐物、排泄物等一起立即送醫。

## 氣體中毒的處理

- 一、立即用毛巾掩住口鼻，關閉煤氣開關，打開門窗，使空氣流通。
- 二、禁止開關電源，以防氣爆。
- 三、迅速將患者移到安全處，解開束縛衣物。
- 四、若患者呼吸停止，施以人工呼吸：如呼吸、心跳停止立即施以 CPR。
- 五、儘速向 119 求援送醫。

台北榮總毒藥物諮詢中心電話：02-28717121

台中榮總中毒急診中心電話：04-23599783

高醫附設醫院毒藥物諮詢中心電話：07-3162631

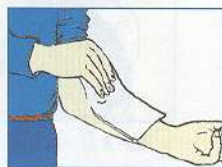
10

## 燒(燙)傷的急救

- 一、燒傷的深度：
  1. 第一度：紅、腫、痛，傷及表皮淺層。
  2. 第二度：紅、痛、水泡，傷及真皮。
  3. 第三度：可能不痛，蒼白或焦黑狀，傷及皮下組織。
- 二、輕微燒傷處理：
  1. 沖泡冷水，至不痛為止。
  2. 不可塗擦油膏、油脂類。
  3. 起水泡時，不可刺破。
- 三、嚴重燒傷急救：
  1. 如衣服著火，用厚的毛質或棉質外套、毯子撲滅。
  2. 立即在流動的冷水下沖泡 15~30 分鐘，並維持患者呼吸道暢通。
  3. 檢查患者身體有無合併傷害。
  4. 用無菌紗布輕輕覆蓋傷口。
  5. 預防休克。
  6. 立刻送醫。



燒傷處沖泡冷水



紗布覆蓋傷口

11

## 鼻出血的處理

- 一、患者安靜坐下，將頭部稍微往前傾。
- 二、用紗布輕塞鼻孔，或以手指壓下鼻甲約 5~10 分鐘。
- 三、令患者張口呼吸。
- 四、如果仍持續出血，儘速送醫。

## 休克的處理

- 一、症狀：皮膚蒼白、冰冷、虛弱、脈搏快而弱、呼吸急促、噁心、嘔吐，嚴重者意識喪失。
- 二、處理：
  1. 控制或解除引起休克的原因，如出血、疼痛等。
  2. 讓患者平躺抬高下肢 20~30 公分。
  3. 保暖。
  4. 安慰患者，立即向 119 求援送醫。

## 暈倒的處理

- 一、使患者平躺，下肢抬高（如圖示）。
- 二、置於通風處，解開束縛的衣物。
- 三、情況嚴重者，向 119 求援送醫。



暈倒姿勢處理

12

## 骨折的處理

- 一、骨折的症狀：腫脹、疼痛、畸形、有摩擦或斷裂聲。
- 二、骨折處理的原則：
  1. 優先處理窒息、出血及嚴重創傷等情況。
  2. 固定骨折部位，勿推回突出傷口的骨骼。
  3. 抬高患肢，立即送醫。

- 三、常見骨折固定法：（如圖示）



1. 上臂骨折固定法



2. 前臂骨折固定法



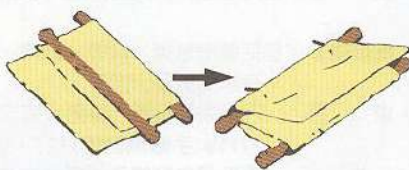
3. 小腿骨折固定法

## 臨時擔架製作

移動傷患時，應考慮傷患安全及健康的維護，可依傷勢、協助的人數、傷患的身材與送醫路程採行運送的方式。

採用擔架運送時，最好向 119 求援，如情境需要，可就地取材製作臨時擔架。

### 一、毛毯製作擔架法



### 二、衣服製作擔架法



急救時避免直接接觸傷患的血液與體液，最好先戴上保護手套；進行人工呼吸時，請用保護面膜或面罩。

## 中華民國紅十字會聯絡電話

急救訓練  
歡迎報名

| 單位    | 電話           | 單位    | 電話           |
|-------|--------------|-------|--------------|
| 總會    | (02)23628232 |       |              |
| 高雄市分會 | (07)3113506  | 台北市分會 | (02)27583009 |
| 台灣省分會 | (02)23669976 | 金門縣支會 | (082)371559  |
| 基隆市支會 | (02)24229630 | 連江縣支會 | (0836)22491  |
| 台北縣支會 | (02)22568909 | 嘉義縣支會 | (05)3621207  |
| 桃園縣支會 | (03)3327609  | 嘉義市支會 | (05)2831919  |
| 新竹縣支會 | (03)5543403  | 台南縣支會 | (06)6353930  |
| 新竹市支會 | (03)5426570  | 台南市支會 | (06)2133396  |
| 苗栗縣支會 | (037)269938  | 高雄縣支會 | (07)7467028  |
| 台中縣支會 | (04)25263793 | 屏東縣支會 | (08)7535882  |
| 台中市支會 | (04)22211121 | 宜蘭縣支會 | (03)9356476  |
| 南投縣支會 | (049)2242783 | 花蓮縣支會 | (038)224386  |
| 彰化縣支會 | (04)7113186  | 台東縣支會 | (089)355112  |
| 雲林縣支會 | (05)5379201  | 澎湖縣支會 | (06)9271069  |

版權所有·翻印必究

96.07.60.00