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

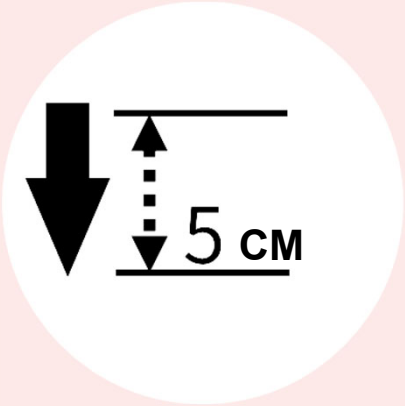
D

AED

聽從指示操作AED

CPR(心肺復甦術)口訣

用力壓

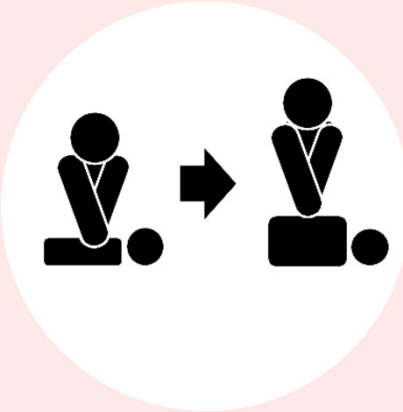


按壓深度
至少5cm

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	貼	插	電
打開電源 聽從語音指示	拉開衣服 貼上電極貼片	插入電擊插孔 等待分析	確定無人接觸病患 依指示電擊

異物梗塞處理原則

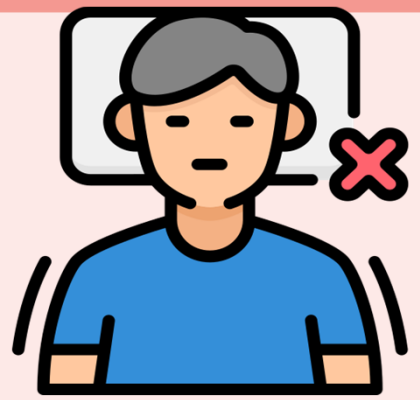
有呼吸，會咳嗽

鼓勵自咳

難呼吸，無咳嗽

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

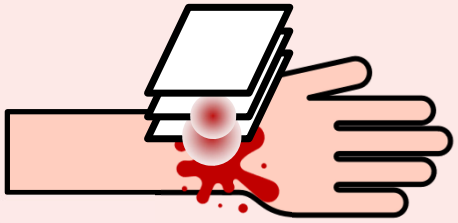
保持傷口合適的濕潤環境

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