



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



學習目標

- 瞭解生命之鏈
- 瞭解 CPR 原理及操作時機
- 瞭解 CPR 步驟及方法

生命之鏈

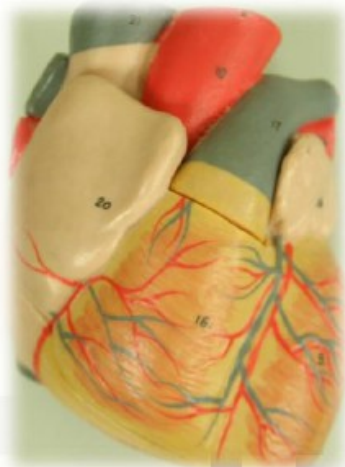
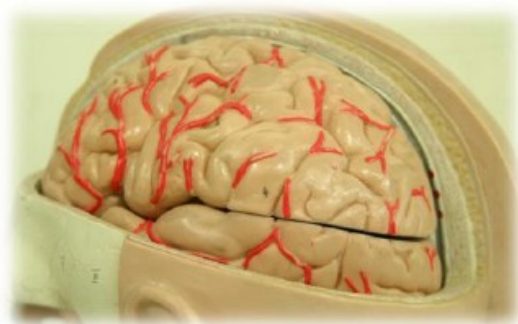


心肺復甦術 (CPR) 的目的

- CPR 包括胸部按壓與人工呼吸。
- 胸部按壓可以產生血流循環，讓血液流入肺部與其他重要器官。
- 人工呼吸可以將氧氣帶入肺泡並進入血液循環。
- 有效的 CPR 可以將氧氣與養分運送至腦部、心肌，減緩細胞死亡的速度。

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。



如何提昇病人的救活率？

- 4 分鐘內必需進行心肺復甦術 (執行 CPR)
- 8 分鐘內必需進行高級心臟救命術 (ACLS)

誰會在 4 分鐘內進行 CPR

- 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

CPR 操作時機

- 任何導致心臟停止的原因均須實施 CPR
 - 心臟病發作
 - 氣喘發作
 - 異物哽塞
 - 溺水
 - 中風
 - 中毒
 - 其他

專業人員 - 心肺復甦術



叫 - 評估意識

叫 - 必要時回報119、準備AED



同時評估呼吸及脈搏



C - 30次胸部按壓

A - 暢通呼吸道



B - 2次人工呼吸



D - 使用AED



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

C-Continue **C**hest **C**ompression

電

D-使用AED



圖摘自ERC

連續胸部按壓 (CCC)

Continuous Chest Compression

什麼時候建議連續胸部按壓？

- 1. 對於做人工呼吸有疑慮或恐懼
- 2. 臨時教導沒有受過 CPR 訓練之一般民眾

為什麼可以 $C \rightarrow C \rightarrow C$?

- 心因性猝死者，血氧一開始尚足夠
- 僅壓胸在胸回彈期也可以有換氣效果

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

C-Continue Chest Compression

電

D-使用AED

確認環安全

- 急救之前，確認自身及傷病患安全



急救流程

叫（確認反應）

- 以呼喚、輕拍方式檢查有無反應

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

C-Continue Chest Compression

電

D-使用AED



急救流程

叫（求救）

1. 打 119 求救，請求救護人員到現場
2. 只要沒有反應就求救
3. 若現場有放置 AED（自動體外電擊器）時，設法取得

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

C-Continue Chest Compression

電

D-使用AED



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

確認有無呼吸或適當呼吸

壓

C-Continue Chest Compression

電

D-使用AED

沒有呼吸或幾乎沒有正常呼吸

- 超過40%心臟停止病患，心跳停止後緊接著以瀕死式呼吸呈現。
- 若有似無般、沉重、吵雜、喘息式呼吸。
- 須及早辨識為心臟停止之徵候。

急救流程

C 胸部按壓

(Continue Chest compressions)

1. 胸部按壓位置為胸骨與乳頭連線交會之處
2. 下壓深度為 5-6 公分
3. 按壓速率為每分鐘 100 至 120 次

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

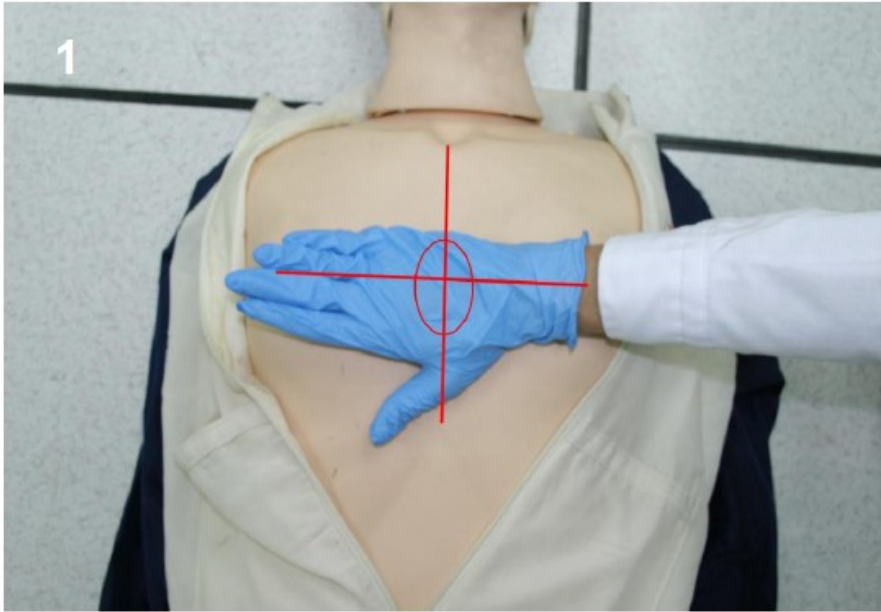
壓

C-Continue Chest Compression

電

D-使用AED





急救流程

D (電擊)

1. 打 119 求救，請求救護人員到現場
2. 只要沒有反應就求救
3. 若現場有放置 AED (自動體外電擊器) 時，設法取得
4. 取得 AED 時，打開電源，聽從語音指示操作

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

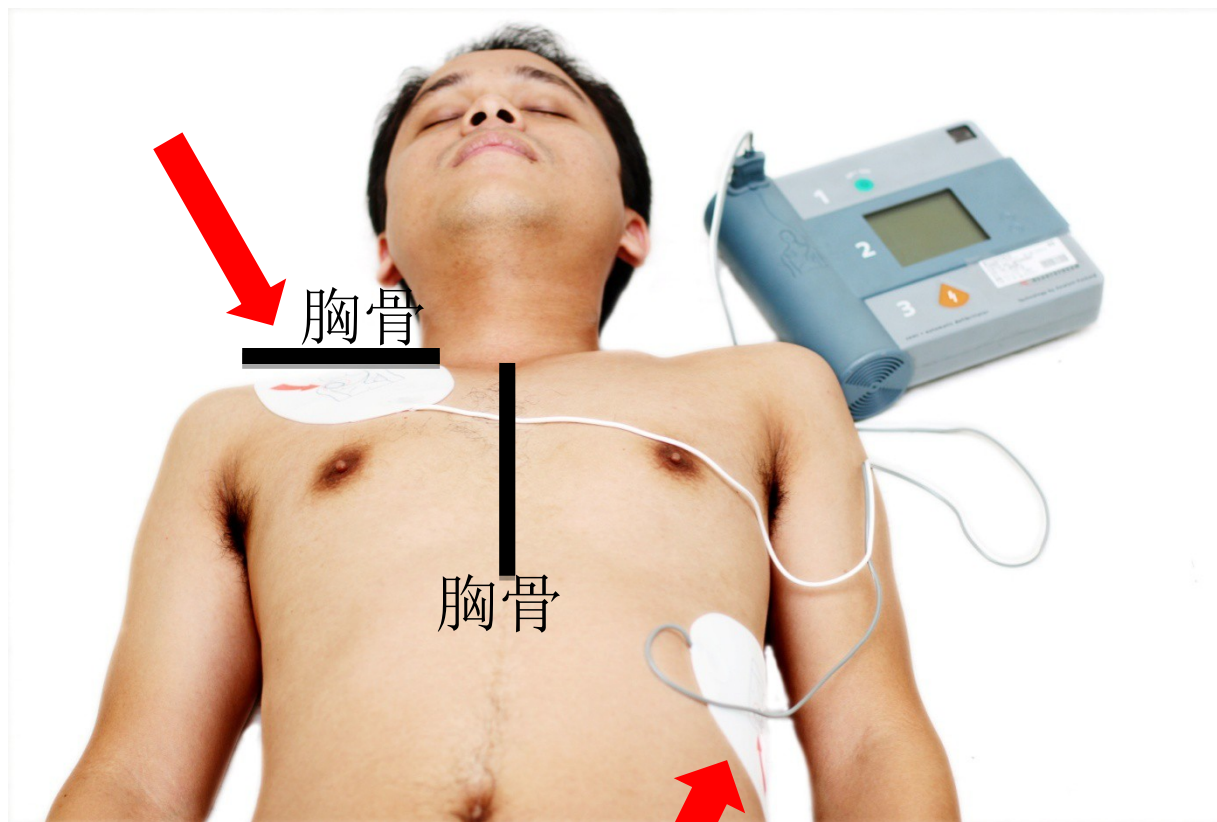
C-Continue Chest Compression

電

D-使用AED



右側電擊片：置於胸骨右上緣，鎖骨下方



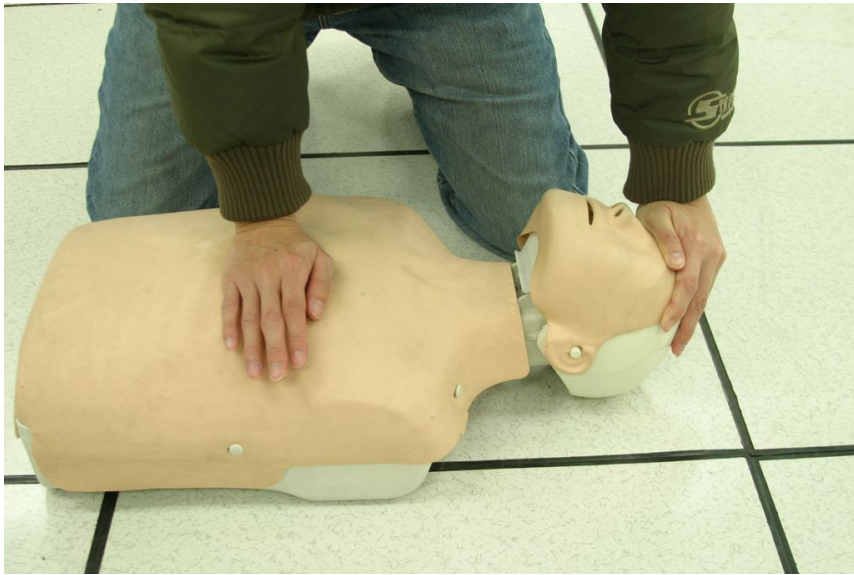
左側電擊片：置於左乳頭左下外側

急救重點

- 電擊後，繼續 CPR，急救 2 分鐘
- 2 分鐘後，評估有無適當呼吸
 - 有但無意識：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：換人繼續 CPR，若無人替換時，急救至 119 到達或體力能負荷前。



小兒、嬰兒胸部按壓位置



小兒

- 胸骨與乳頭連線交會之處



嬰兒

- ❖ 兩乳頭連線中點下

復甦姿勢

1



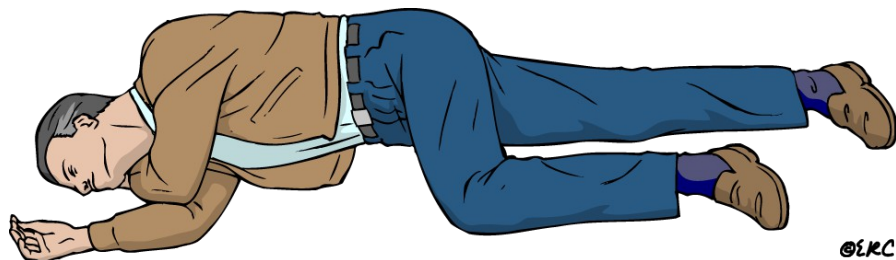
2



3



4



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（傷病患兩乳連線）
- 壓胸骨（急救者手掌掌根壓在乳線及胸骨交叉點）
- 每秒 2 下（約每分鐘 100-120 次的速率）
- 用力壓（5-6 公分）
- 壓胸回彈（確保每次按壓後完全回彈）
- 莫中斷（儘量避免中斷）

CPR 常見的錯誤

- 氣吹不進去
- 胸部按壓位置不對
- 胸部按壓方式不對
- 胸部按壓深度不對
- 胸部按壓的速率過慢或過快

何時停止 CPR

- 病人已恢復自然呼吸及循環
- 由醫師宣佈死亡時
- 救護人員來接手時
- 施救者已精疲力竭

異物哽塞排除法

學習目標

- 瞭解異物哽塞急救法
- 各年齡層哽塞急救法

異物哽塞的排除法

■ 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。

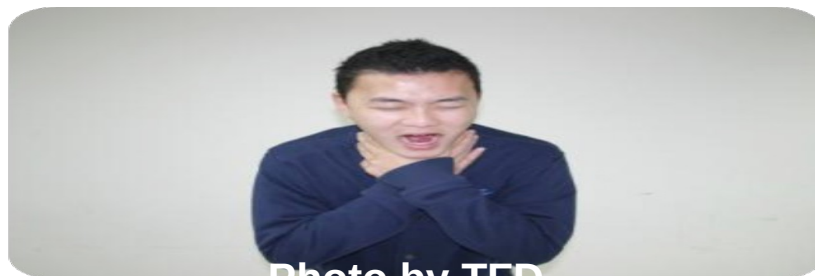


Photo by TFD

異物哽塞的排除法 2-



■ 患者意識清醒：

當患者呈現重度哽塞症候時

- ✓ 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

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。

（心臟停止患者依基本生命急救術之流程操作致下列步驟若有相同狀況時，應立即懷疑異物哽塞而給予相同之處置）

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，直到阻塞解除或以執行 5 周期或約 2 分鐘後，立即送醫。



孕婦及肥胖者



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 - 胸部快速按壓法有反應者（各 5 次）



看見重生的力量與希望 臺北有您真好



消防小飛象 啾啾



臺北市民當家熱線



臺北市政府消防局



救護小飛象 安安



臺北市民當家熱線



臺北市政府消防局