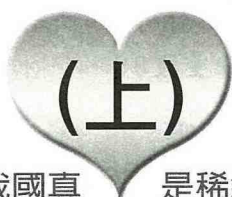


旅遊意外心肺復甦術



意外事件在我國真是稀鬆平常的事。

到處會發生意外事件：娃娃車，保齡球館，火車，遊艇，瀑布，KTV。

目前社區內的緊急救難系統，除了首善都市

擁有急救機動小組可以現場施救外，其它縣市警消大多付之闕如。

在意外現場，如果受難者，就是自己的親人，

而自己及前來施救的義工，卻都不懂得基本的急救技術，

因而喪失了寶貴的救命時機，造成天人永別。

這又如何可忍？

筆者在醫學院，教導學生心肺復甦術(英文簡稱C.P.R.)已經有10年經驗。在執業20多年來，以口對口人工呼吸，救回病人生命好多次，有患者康復後再回門診道謝，感覺真好。學習C.P.R.具有多層的意義。

一、人可以掌握生命，從而戰勝命運。二、親人體弱多病，與其天天擔心宿疾發作致命，不如學一些急救方法，緊急時可以派上用場。然而筆者感覺到，在台灣，生命不值錢，大眾根本不重視心肺復甦術。經常有人被車撞的全身是血，倒在路邊，眾人圍觀，只是冷漠的在一旁指指點點，看著傷者停止抽搐，卻沒人急救。或有好心人找電話打119，等救護車於擁擠的交通之下來到時，傷者可能已經延誤了寶貴的六

分鐘黃金心肺復甦時間，他的瞳孔已經放大，他的腦細胞已經死光了，救回來也成了白癡。

生命是可貴的，不只是自己的命可貴，別人的命也可貴。當你看見你至親的人，突然在你面前倒下，你的感覺，與看見一位陌生人在你面前倒下，應該是一致的。同理心，這就是我國國民所極度欠缺的。

許多國人，小時候被過份呵護，不沾腥羶。長大成人後，忌屎尿血虫等異物不沾。這種人，只要文明社會崩潰，必定活活餓死。他們連自己父母兒女的屎尿都不碰，如何令之去救陌生人的命。要有救人之心，首先便需心理建設，排除那些不必要的潔癖及怪力亂神之說。例如921地震去災區救難的義工，出勤之前就必須瞭解，救

活收亡，來世功德一件，不是人人可有此積德的機會。如果實在小時積非固陋，無法返轉觀念，那便不適合學習心肺復甦術。

於有都市急救網系統的地方，發生意外，有人重傷，可以電召119救護車，隨車人員為國家經費訓練的員警或義工，可以免費提供急救服務。理論上，此類服務應該可以達到醫院級急診室處理的水準，包括初步診斷，生命現象衰竭等級判定，抽痰，氣管插管，人工呼吸，心電圖監視，去顫器(defibrillator)之使用，靜脈注射液體及藥物。

如果無線電通訊許可，急救人員可以線上獲得上級醫師之指導，進行其他急救手術行為。在專業人員尚未來到之前，



一般人沒有受過醫療訓練，也沒有適當的急救設備，所以只能學習基本生命支持(basic life support)徒手急救技術。現在開始為讀者講解：旅遊意外心肺復甦術的原則。

基礎心肺復甦術

急救開始於發現受害者已有死亡表現：包括失去神智、抽痙、無脈、無心音、呼吸全無或淺慢、瞳孔開始或已經放大。急救者的初期動作為：確定受害者沒有脈搏及呼吸。先求救，如打119，找人協助，再回頭來急救患者。如為已知心臟病患者，倒地多為惡性心律不整發作，可先施行拳擊救命術，當胸30公分高度，握拳用力一擊。因為只有30公分高，力道正好，只是震撼心臟，期望如此可以令其恢復正常搏動。如果還是沒有脈搏，便要開始施行單人C.P.R。

執行單人CPR 流程

1. 病患有無知覺…(無)
2. 檢查有無脊柱傷害
…(無)
3. 將病患置於平且硬之表面，翻轉面朝上
4. 打開氣道，除去阻塞物
5. 看，聽有無自然呼吸
…(無)
6. 吹一口氣，看有無胸部起伏
如果沒有，再打開氣道及清除阻塞一次
7. 再吹一口氣，檢查脈搏

…(有)只要人工呼吸

8. 如果仍沒有脈，體外心臟按摩15次
9. 再打開氣道吹兩口氣
10. 重複8-9

人工呼吸

如果只是肺部的問題，如肺炎，哮喘或異物阻塞，造成無法換氣。此時不見得要做心臟按摩，只要保持氣道通暢，施行人工呼吸便可。清除氣道阻塞技術包括：手指挖除法、拍背法、Heimlich 技法腹部擠壓法(專用於急性食物卡在喉部的患者，猛力在患者上腹部施力擠壓腹腔，可以增加氣管內壓力，將食物擠出)。

開啟氣道之手技

如果患者已經喪失了呼吸能力，除了保持氣道通暢之外，便要吹氣進入患者肺部，協助換氣。吹氣方法要和打開氣道的方法相配合。

一、傾頭抬顎

口對口人工呼吸(頸椎傷

者不可用)，一手抬高頸部，另一手手指捏住鼻翼防止漏氣，手掌將額部下壓，使患者頭部成後仰狀，如此咽腔中的舌頭便不再貼緊後咽壁，氣道開啟，可以開始吹氣入口。

二、傾頭抬顎

口對鼻人工呼吸。一手後三指抬下顎，前二指捏住患者嘴唇防止漏氣，另一手將前額部下壓，使患者頭部成後仰狀。如此咽腔氣道開啟，可以開始吹氣入鼻。

施救者先吸飽氣，再由患者口或鼻將氣吹入。除非患者是氣喘病，氣胸，或末期肺病患者，施救者所感到的氣道阻力，應該與吹氣球的阻力差不多。可以看見患者的胸部上昇，表示氣進去了。只要口離開患者，他的肺部自然會如氣球洩氣般將氣排出，不須倒吸出患者肺內污氣。如果看不見患者的胸部上昇，或根本吹不進去，表示氣道仍然是阻塞的。你必須重新清除阻塞一次。

【下期待續】

圖

助聽器 49年老店

值得您信賴

留美專家 主持驗配 保障服務

獨一專門店 助聽器世家 2541-3525

台企行 2551-2525

集世界名品 原台灣電氣企業行 2563-7392

台北市中山北路2段25號2樓(中山分局附近)