



第 93 期

94年10月18日~28日

本期發稿日：94/10/31

下期截稿日：94/11/11

[編輯報告](#)[陽明焦點新聞](#)[行政會報摘要](#)[各處室訊息](#)[院系所傳真](#)[陽明人](#)[校史照片展覽](#)[閱讀旅行](#)

發行人：吳妍華

總編輯：高毓儒

執行編輯：錢珏琄

劉以慧

網頁設計：賴彥甫

傅英貴

## 陽明焦點新聞

### 心肺復甦術訓練課程

衛生保健組針對三種對象：未曾參加急救訓練者、對急救課程有興趣者，與持有急救證書認證但過期者（證書期限為二年）的心肺復甦術訓練課程，於活動中心表演廳展開為期兩週的訓練課程。



講師為同學介紹心肺復甦數

課程內容包含演講與技術操作二部份。演講內容含認識呼吸心臟停止及心肺復甦術、認識上呼吸道阻塞及哈姆立克急救法；技術操作含心肺復甦術、哈姆立克急救法、人工甦醒球使用等合計四小時課程，由新光醫院醫師及護理人員為參加者進行詳盡說明。

[ 特別報導 ]

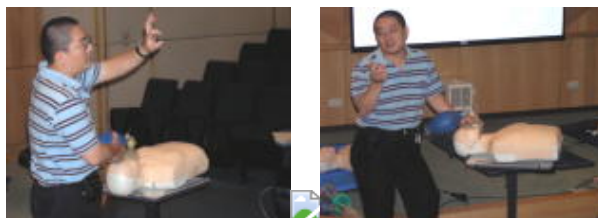
[天助康復](#)[自然誌](#)[陽明身影](#)

◎大學報

◎高教簡訊

◎教育部電子報

◎國衛院電子報



在保護自己，避免感染的原則下，以「袋瓣面罩」代替口對口人工呼吸



指導員示範「袋瓣面罩」使用方法



練習「哈姆立克急救法」

訓練課程中，一再不斷提醒的就是依循「叫叫ABC」口訣的簡易心肺復甦術（CPR），即：

（1）叫：呼叫病患，確定病患是否有意識。

（2）叫：呼叫求救，自行或請旁人撥打一一九求救。若身邊無人或沒手機、電話亭，請揮手喊「救命」。

（3）A：Airway，暢通呼吸道。以壓額抬顎法，壓住昏迷者的額頭同時抬起下顎，打開呼吸道，檢查有無呼吸，同時清除卡在呼吸道中的異物。

（4）B：Breathing，確定無呼吸後，施救者以口對口人工呼吸對昏迷者吹氣兩次，吹氣時要捏住對方鼻翼，蓋住鼻子，以確保空氣能進入胸腔。

（5）C：Check，施救檢查有無呼吸及心跳循環，若無則按壓病患胸部十五次，並口喊「一下二下三下四下五下六下七

下八下九下十下十一下十二下十三下十四下十五」後，再吹兩口氣。若病患仍未恢復呼吸及心跳循環，則重複ABC步驟，直到醫護人員趕到。



CPR實際演練

心肺復甦數的重要性，在於給予將一個「已死亡」的人生存機會。從心臟停止的瞬間，血液無法運送到腦部，便會產生腦缺氧狀況，而腦細胞若缺氧超過4分鐘，便會造成腦部的損傷。因此，及時的CPR救援，將大為提高病患的生存機會，因為超過10分鐘未施予即時救援，存活率越趨近於零。

( 資料提供 / 衛保組 採訪報導 / 劉以慧 )

[回《陽明焦點新聞》](#)

[關於電子報](#) [訂閱電子報](#) [聯絡編輯小組](#) [上期電子報](#) [回電子報首頁](#)