

你我都是CPR達人

遇到危急時刻

我敢嗎？

我準備好了  
嗎？



# 如果有一天……

在11月的某一天，天氣有點冷媽媽煮了一鍋雞湯，孫子正在喝雞湯，媽媽告訴你叫你去叫正在陽台抽菸的阿公回來喝雞湯，當你去叫阿公時，發現阿公手摸的胸口、冒著冷汗，呼吸急促並昏倒在地……，此時你該怎麼辦??



# 如果有一天……

1. 會叫媽媽？
2. 打119？
3. 會立即檢查並給予CPR？
4. 告訴阿公……





我撐得住嗎？

<https://tw.piliapp.com/timer/stopwatch/>



我撐得住嗎？

大腦缺氧超過 4~6 分鐘，開始腦損傷。

大腦缺氧 10 分鐘以上，腦死。



# 何時需要CPR?

1. 溺水
2. 觸電
3. 異物梗塞
4. 一氧化碳中毒
5. 心臟病
6. 車禍
7. 呼吸心跳停止
8. 酒醉路倒睡著





# CPR怎麼做？

## CPR 操作步驟

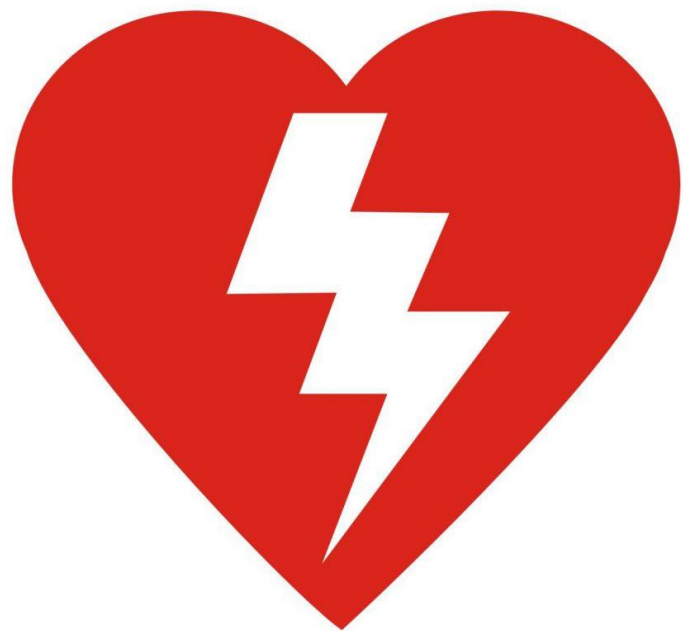
CPR的口訣是……

叫、叫、C、A、B、D

1. **叫**: 呼叫以及拍肩確認患者意識
2. **叫**: 大聲呼救、撥打119、設法取得 **AED** (自動體外心臟電擊去顫器)
3. **C**: 施行胸外心臟按摩，壓胸 30下
4. **A**: 打開呼吸道，維持呼吸道通暢
5. **B**: 人工呼吸 2 次(30:2)
6. **D**: 使用 AED (自動體外心臟電擊去顫器)



# AED 長什麼樣子？



# AED





# AED 在哪裡？

既然 AED 如此重要，你該如何在茫茫人海中尋覓它的蹤跡呢？

**交通要衝：**機場、高鐵站、捷運站、台鐵車站、轉運站、高速公路服務區、港區旅客服務區。

**長距離交通工具：**高鐵、飛機、客船等交通工具。

**觀光旅遊地區：**國家級風景特定區及直轄市、縣（市）政府主管之風景區、國家公園、森林遊樂區、水庫、觀光遊樂業、文化園區、農場及其他等觀光旅遊性質地區。

# AED 在哪裡？



**學校、大型集會場所或特殊機構：**高中以上之學校、法院、立法院、議會、健身或運動中心、殯儀館、軍營。



**大型休閒場所：**戲院、電影院、錄影節目帶播映場所、視聽歌唱場所、演藝廳、體育館（如小巨蛋）、圖書館、博物館、美術館。



**大型購物場所：**地下街、賣場、超級市場、福利站及百貨業。



**旅宿場所：**旅館、飯店、招待所。



**大型公眾浴場或溫泉區：**大型公眾浴場、溫泉區。

接下來.....  
老師要考考你

---



CPR的口訣是.....

**叫、叫、C、A、B、D**



## CPR即刻救援

每組一副牌卡

牌卡分別為：叫、叫、C、A、B、D所代表牌卡

發牌者將全部牌卡發完，不可看牌，由一人開始依序輪流念出叫叫CABD

若翻出的牌符合牌卡所代表的名稱及圖示，即可壓牌，**最後壓牌者須取回所有牌卡**，由輸家開始重新出牌。

若已出清手上所有牌時，需再重複壓牌2次。

叫

確認意識



叫

呼救、打119

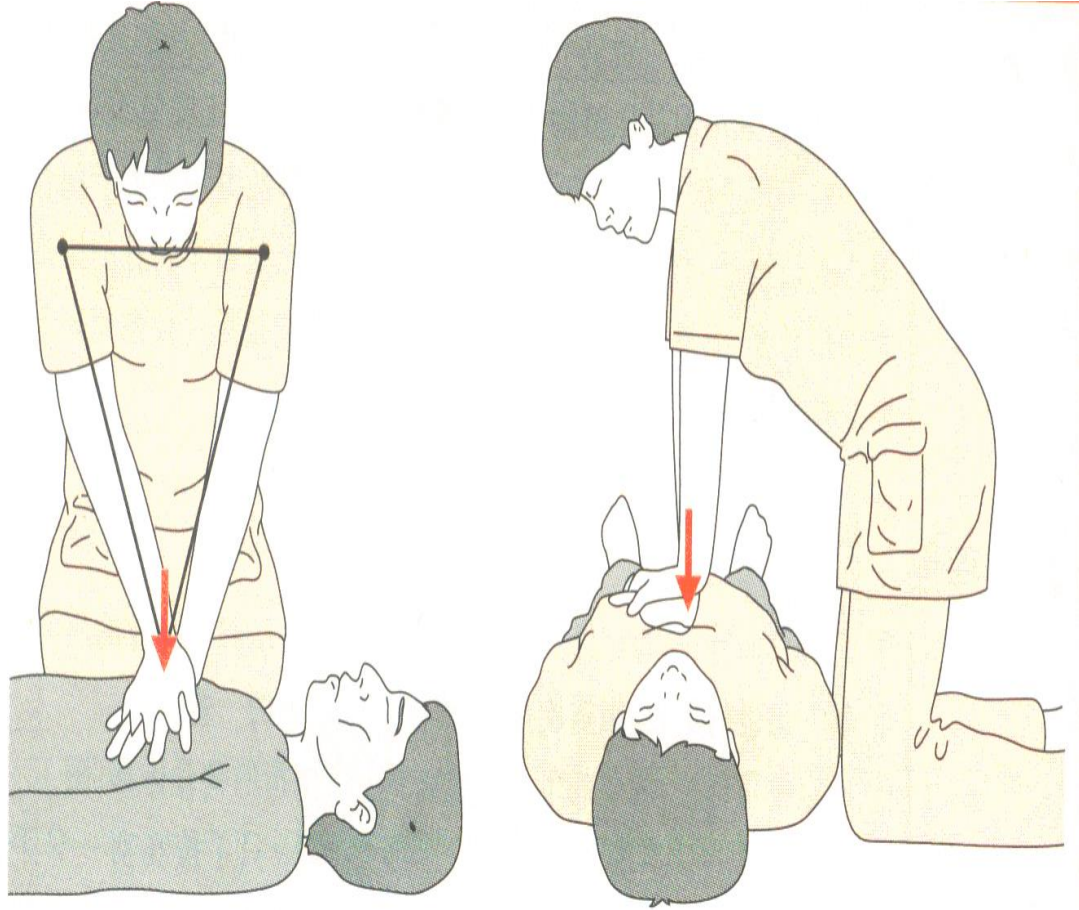
取得AED

119



C

# 胸外按壓



A

# 打開呼吸道



B

# 人工呼吸





D

**AED**

**自動體外心臟  
電擊器**

**AED**



## CPR即刻救援

每組一副牌卡

牌卡分別為：叫、叫、C、A、B、D所代表牌卡

發牌者將全部牌卡發完，不可看牌，由一人開始依序輪流念出叫叫CABD

若翻出的牌符合牌卡所代表的名稱及圖示，即可壓牌，**最後壓牌者須取回所有牌卡**，由輸家開始重新出牌。

若已出清手上所有牌時，需再重複壓牌2次。

# CPR即刻救援 指定心跳題牌卡

1

背面為黑色牌卡

2

拿到此牌卡者，  
可任意問組內  
同學牌卡上的  
問題

3

回答者若答對，  
則回答者可丟出5  
張牌給指定者，  
回答者若答錯，  
則指定者可丟出5  
張牌給回答者，  
並說出正確答案。

4

若答對，此牌  
卡則為廢牌，  
置於旁邊不再  
使用。若答錯，  
則說出正確答  
案。

5

回答後由輸家  
繼續重新出牌，  
重新由叫叫  
CABD開始輪迴。



# 指定心跳題

答對，回答者將手牌5張給指定者

答錯，指定者將手牌5張給回答者

題目：請說出……

ANS:

(若答對此牌卡則成為廢牌)

Are  
You  
Ready?

確認意識

叫



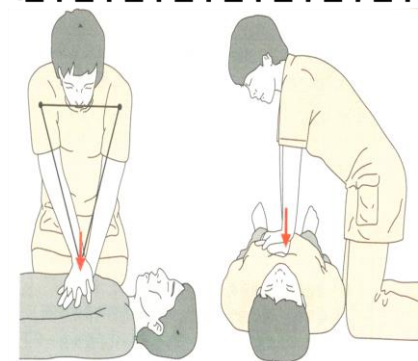
呼救、打119  
取得AED

叫

119

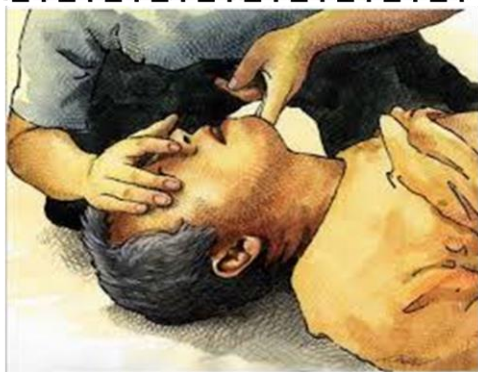
胸外按壓

C



打開呼吸道

A



人工呼吸

B



AED  
自動體外心臟  
電擊器

D



# 挑戰心跳時刻

---

- 1、每組依顏色翻盤，盤內各有叫叫CABD的圖示，請依照盤內圖示叫叫CABD的順序排列出數字。
- 2、每次一人翻一個盤，不可同時翻2個或多個的盤子。
- 3、每人需翻一次，若全組內組員都輪完後可再輪替。
- 4、數字正確即可得分。



# 我們答對了嗎???

## 初階班

---

黑色： 6 、 1 、 2 、 4 、 3 、 5

綠色： 2 、 1 、 4 、 6 、 3 、 5

橘色： 5 、 4 、 3 、 6 、 2 、 1

藍色： 2 、 4 、 5 、 1 、 3 、 6

紅色： 4 、 5 、 1 、 3 、 6 、 2

# 我們答對了嗎???

## 進階班

黑色：O、R、A、N、G、E orange

綠色：P、E、N、C、I、L pencil

橘色：N、O、T、I、C、E notice

藍色：P、O、L、I、C、E police

紅色：N、A、T、U、R、E nature



學會CPR最大受惠者可能會是....

華視 CTS

主播 羅瑞誠

弟玩繩吊頸昏迷 姊CPR救命!

12:15:14

漁產銷歐

台灣歐盟次長級會議 台灣漁產品外銷歐洲有望



# CPR怎麼做？

## CPR 操作步驟

1. **叫**: 呼叫以及拍肩確認患者意識
2. **叫**: 大聲呼救、撥打119、設法取得AED
3. **C**: 施行胸外心臟按摩，壓胸 30 下 (30:2)
4. **A**: 打開呼吸道，維持呼吸道通暢
5. **B**: 人工呼吸 2 次
6. **D**: 使用 AED (自動體外心臟電擊去顫器)

