

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

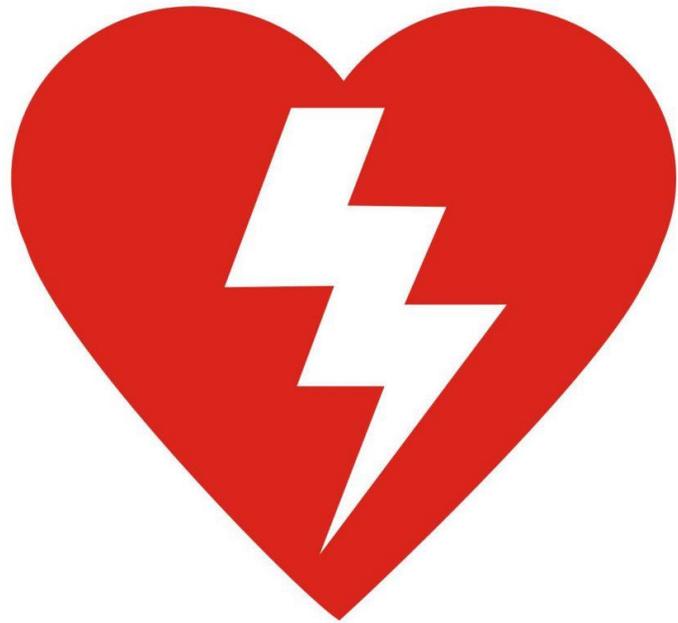
CPR的口訣是……

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

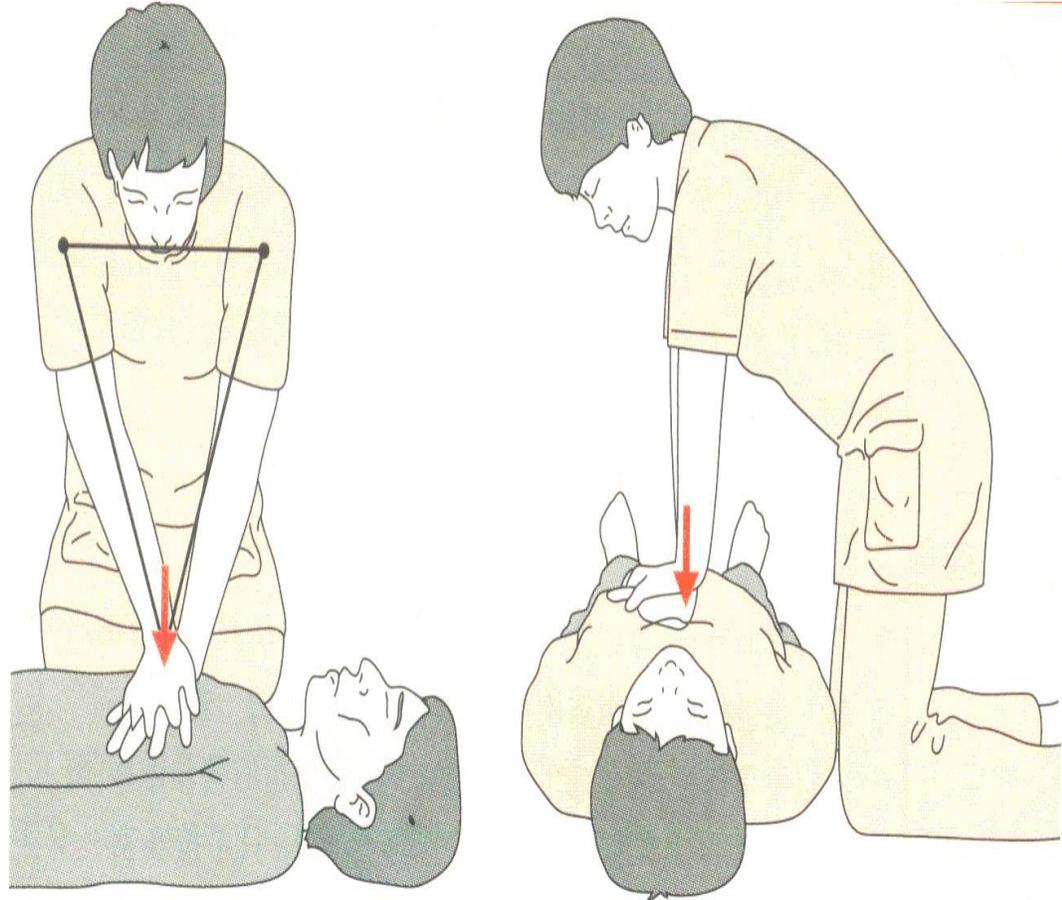
呼救、打119

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



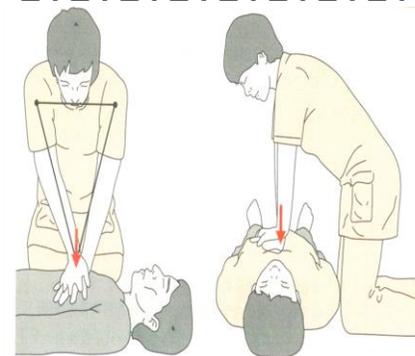
叫

呼救、打119
取得AED

119

叫

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

AED



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....



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)

