

## 急救小常識

發生意外時必須遵循一定的步驟進行急救，正確無誤的急救步驟不僅能提高基礎護理的品質，也能確保傷者的安全性。以下提供相關急救小常識，供同仁參考：

### 休克

休克是因外傷、出血、燒燙傷等傷害或情緒過度刺激及恐懼而引起的一種血液循環量不足的情況，患者膚色蒼白、冰冷，脈搏快而弱，呼吸淺而快，感覺口渴並可能有嘔吐現象，若沒有即時處理，傷患會意識喪失、體溫下降，並且可能死亡。

#### 休克的急救：

A. 讓傷患平躺休息、下肢抬高，但頭部外傷及呼吸困難者可抬高下肢。

B. 控制或排除引起休克的止血、骨折時固定。

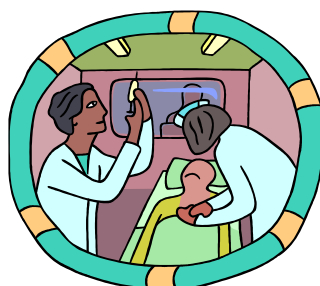
C. 蓋毛毯保溫。

D. 視情況給予飲料，昏迷、頭部、胸腹部嚴重受傷者禁給任何飲料。

E. 若患者呼吸困難、想嘔吐、或意識逐漸喪失則以復甦姿勢處理。

F. 如患者呼吸、心跳均停止，立刻進行心肺復甦術。

G. 迅速送醫。



高，並使頭傾向一  
難的傷患則不

原因，如出血時

### 中暑

中暑是因為氣溫過高而且乾燥，引起體內體溫調節中樞失常，無法控制體溫，汗腺失去排汗功能，以致不能散熱。病人的症狀為臉色潮紅、脈搏快而強、體溫高達 40 度以上，神智不清或昏迷。

#### 中暑的急救：

A. 將患者送至陰涼通風的地方使其仰臥，解開衣服、束帶、頭部墊高。

B. 用濕毛巾或酒精擦拭患者身體，設法立即降低其體溫，勿低於 38 度。

- C. 如患者清醒，可酌量給予冷飲，最好是鹽開水。
- D. 密切注意患者，如有異常變化，立即送醫。

### 熱衰竭

熱衰竭是因為所處環境悶熱，出汗過多，導致體內水分及鹽分不足，患者臉部蒼白、身體濕冷、脈搏快而若有頭痛、昏眩、噁心現象。

#### 熱衰竭之急救：

- A. 將患者送至因涼通風的地方，使患者平躺並抬高雙腳。
- B. 如果患者清醒，可供應鹽水。
- C. 如有痙攣現象，可用濕毛巾加壓於痙攣處，但用力要穩定。
- D. 嚴重的患者，需送醫治療。

### 暈倒

暈倒是因腦部暫時缺乏足夠的氧氣而產生暫時性的昏迷，可能是因情緒打擊、驚嚇、劇烈疼痛、懼怕、等因素造成。其症狀與休克的初慢而虛弱，患者臉色蒼白、人事不醒。



#### 暈倒之急救：

- A. 讓患者平躺，抬高腳部。
- B. 將患者移至陰涼處，讓患者獲得充分的新鮮空氣。
- C. 鬆開患者身上的束縛，以協助呼吸順暢。
- D. 若有呼吸困難的情形，將患者置於半坐臥的姿勢。
- E. 若患者未恢復知覺，應立即送醫。

### 燒燙傷

燒燙傷的程度依受傷的深度及面積而有所不同：

#### A. 輕度：

僅表皮外層損傷，引起腫脹及相當程度的疼痛。

#### B. 中度：

表皮和部份真皮損傷，皮膚發紅、表面潮濕、起水泡、腫脹和疼痛比輕度厲害。

### C. 重度：

整層皮膚及皮下組織受到破壞，皮膚呈白色或焦黑，由於神經末梢被破壞了，一般反而較不會有劇痛，重度燒燙傷通常需要特殊醫療，在急救後需儘速送醫。

### 燒燙傷緊急處理五步驟：

**沖、脫、泡、蓋、送**

### 燒燙傷之急救：

#### 輕、中、重度燒燙傷之急救：

##### 輕度燒燙傷之急救：

A. 將燒燙傷部位置於自來水下輕輕沖洗，或浸於冷水中約 10 分鐘到不痛為止，如無法沖洗或浸泡，則可用冷敷。

B. 傷處未腫脹前，小心脫除戒指、皮帶、鞋子或其他緊身衣物。

C. 必要時可以使用敷料並加以包紮。



##### 中度燒燙傷之急救：

A. 將燒燙傷部位置於冷水中或自來水下輕輕沖洗，直到疼痛停止，無法沖洗或浸泡部位則用冷敷。

B. 用乾淨的布塊將傷處水份吸乾。

C. 用消毒紗布蓋住傷處包紮之。

D. 視情況送醫治療。

E. 如手腳受傷需抬高傷處，減輕腫脹。

F. 不可挑破水泡或在傷處吹氣，以免污染傷處。

G. 不可在傷處塗抹油膏、藥劑。

##### 重度燒燙傷之急救：

A. 讓患者躺下，將受傷部位墊高（高於心臟部位）。

B. 詳細檢查患者有無其他傷害，維持呼吸道暢通。

C. 不要企圖移去黏在傷處的衣物，必要時可將衣褲剪開。

D. 用厚的消毒敷料或乾淨布塊蓋在傷處，保護傷口。

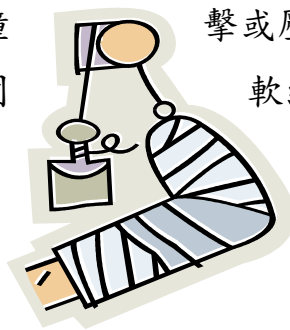
- E. 不可塗抹任何油膏或藥劑。
- F. 儘速送醫。

### 化學藥物燒傷之急救：

- A. 立刻用大量的清水沖洗化學藥物，並脫除受傷部位之衣物。
- B. 查看化學藥物容器上是否有急救指示，如有則照著指示去做。
- C. 用消毒敷料蓋在燒傷部位並包紮之。
- D. 送醫治療。
- E. 如果眼睛被化學藥品灼傷：
- F. 立刻用清水由眼睛內角向眼睛外角徹底沖洗。
- G. 用消毒敷料或乾淨布塊覆蓋眼睛並包紮之。
- H. 防範患者揉眼睛。
- I. 立刻送醫治療。

### 骨折

骨折是指骨骼受到外力的撞擊或壓迫而造成的連續性中斷，常伴有關節、韌帶及關節周圍軟組織之損傷，並可能併發內臟、其他器官的損傷或大量出血，若處理不當，甚至會威脅到生命。



擊或壓迫而造成的連續性中斷，軟組織之損傷，並可能併發內血，若處理不當，甚至會

### 骨折的急救：

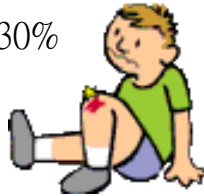
- A. 先處理傷者之窒息、休克、出血及嚴重創傷等。
- B. 移動傷患前，先小心剪開或撕開疑似骨折部位的衣服，除去飾物。
- C. 除非對生命有危險，否則應在意外現場先處理骨折固定，再搬運送醫。
- D. 開放性骨折（骨折部位與外界相通，伴有皮膚傷口）需先用無菌或乾淨布類覆蓋，並加環型墊包紮，以免外力直接壓到骨突出部位。
- E. 骨折固定夾板長度應超過所要固定之兩端關節，夾板應先包覆襯墊，以免造成摩擦。
- F. 肩膀、手肘、手腕、膝蓋等關節之骨折，應該就其受傷時之姿勢，以夾板固定之。
- G. 骨骼固定後，抬高受傷的肢體，以減輕腫脹。

H. 用冰帶敷在痛處，減輕腫脹的痛苦。

## 創傷和止血

創傷是體表或體內組織受損的現象，通常是由外力造成，如交通事故、跌跤、尖銳物刺傷等。創傷幾乎都會引起出血，人體的血液量約相當於體重的 1/13，也就是 65 公斤的人約有 5000cc 的血液。人體中血液一次失去超過 15% 就會有休克現象，超過 30% 就會有生命危險。

### 創傷出血的急救：



- A. 檢視傷勢及每五分鐘檢測  
覺內出血之可能性。 一次 生命跡象，以警
- B. 除非懷疑骨折，否則盡可能抬高受傷部位。
- C. 受傷 48 小時內，可冷敷受傷處，但避免冰袋直接接觸皮膚，每冷敷 20 分鐘休息 10 分鐘。
- D. 受傷部位抬高及冷敷通常合併其他止血法使用。
- E. 內出血不可揉搓。
- F. 嚴重出血應於急救後盡快送醫，並給予氧氣及維持呼吸道通暢。
- G. 止血袋止血法應於其他止血法無法控制出血時才使用。

### 止血的方法：

#### 直接加壓止血法：

以消毒紗布或敷料或清潔的布塊置於傷口上，然後以手掌或手指施壓，壓 5~10 分鐘，等出血 停止後，用繃帶或膠布包紮固定。但傷口如有尖銳異物或碎骨頭時，不可使用直接加壓法。

#### 止血點止血法：

止血點止血法是將流經傷口處的主要動脈暫時壓住（向骨頭方向壓），以減少傷口的流血量，同時在傷口處，仍須與直接加壓法併用止血。

出血部位	動脈名稱	位置及方法
頭及頸	頸動脈	在喉頭旁邊用第 2、3、4 指向頸椎方向壓
顏 面	顏面動脈	在下頷骨轉彎凹入處，用 2、3 指對下頷骨方向壓
顳 部	顳動脈	在耳孔前 2.5 公分處用 2、3 指向顳骨方向壓
肩及背部 上肢	鎖骨下動脈	於鎖骨內端後頭用拇指向下壓於第一根肋骨上
背及手部	肱動脈	於上部內側中央用第 2、3、4、5 指向外側壓在肱骨幹上。
下 肢	股動脈	於腹股溝中央，用手掌向後髖股壓之。

#### 止血帶止血法：

若四肢動脈受傷大量出血，無法用直接加壓法及止血點止血法止血，才用止血帶止血法。

方法：

- A. 止血帶放在傷口上方 5 公分處，緊繞傷肢兩圈後打半結。
- B. 將止血棒（短木棒、原子筆、筷子等）放在半結的上方，並在止血棒上打全結。
- C. 扭轉止血棒至不再流血為止，但不可過緊，以免傷及神經。
- D. 以止血帶的兩端或其他布條固定止血棒。
- E. 在止血帶上方標示使用止血帶的日期、時間。

#### 鼻出血之止血：

- A. 讓患者安靜坐下，將頭部稍微往前傾。
- B. 以手指壓住鼻翼，並冷敷患者之鼻部，約隔 10 分鐘放開。
- C. 若還不能止血，將一塊乾淨的紗布捲成條狀塞入流血的鼻孔內，再捏住鼻孔，等止血後再將紗布拉出。
- D. 如不能止血或鼻骨有骨折現象引起的出血，就要送醫治療。