



檢查 ✓

檢查週圍環境是否安全
檢查受害者的知覺、呼吸、生命徵兆和流血程度



打電話 ✓

撥打9-1-1或當地的緊急電話



護理 ✓

照顧你觀察到的受害者狀況



生命徵兆包括正常呼吸、咳嗽或經人工呼吸後的活動以及脈搏

檢查受害者

如果是失去知覺的成年人，立即撥打9-1-1



步驟1
採用基本預防措施防止疾病傳染
輕敲或大聲呼喊，看受害者有沒有反應



如果沒有反應
步驟2
在發現受害者之處觀察、聽和感覺是否有呼吸十秒鐘



如果受害者沒有呼吸或您不能確定……
步驟3
讓受害者平躺，墊高頭部和頸部

施救



步驟1
使頭後仰，抬高下巴



步驟2
觀察、聽和感覺是否有呼吸10秒鐘
如果沒有呼吸……



步驟3
捏住受害者鼻子，用口蓋緊受害者雙唇
給予兩次慢吹氣



如果是成年人 — 開始心肺復甦術 (CPR) 按壓



步驟4
如果是兒童或嬰兒 — 檢查循環徵兆不超過10秒鐘。
如果受害者沒有循環徵兆，開始人工呼吸



步驟5
檢查是否有嚴重出血

除非絕對必要，否則不要移動受害者

人工呼吸 僅適用於嬰兒和兒童

如果呼吸太快、太慢、沉重或痛苦，請立即撥打



步驟1
將頭向後仰後，捏緊受害者鼻子



步驟2
每3秒鐘給予一次慢吹氣



步驟3
每2分鐘或40次吹氣後檢查脈搏情況

噎塞 有知覺的成年人或兒童



步驟1
徵得受害者同意，確認噎塞



步驟2
放好雙腿，放好雙手
將受害者身體向前傾，給予5次後背拍打



步驟3
給予5次快速向上推壓
重複此動作直至噎塞物體咳出來且
能夠自主呼吸，或受害者失去知覺

噎塞 失去知覺的成人或兒童



步驟1
給予兩次慢吹氣。如果空氣不能進入肺部，
重新將頭向後仰，再次給予慢吹氣



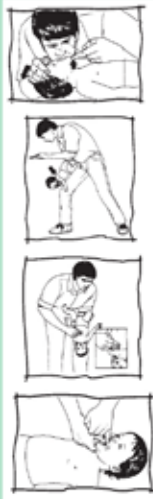
步驟2
如果空氣不能進入肺部……
將雙手放在胸部



步驟3
將肩膀與手垂直……
給予該名成年人或兒童30次心肺復甦術壓胸



步驟4
如果可以看到物體在口中，提高下巴和舌頭
用手指清除。給予人工呼吸。重複壓胸、
探查和給予人工呼吸直至可以將空氣吹進受
害者肺部



噎塞 有知覺或失去知覺的嬰兒

步驟1

如果有知覺：

確定是否有噎塞

步驟2

給予5次拍背和5次胸部向上推壓直至物體已出來或受害者失去知覺

步驟3

如果沒有知覺：

給予人工呼吸：

如果空氣不能進入肺部，再次給予人工呼吸

步驟4

給予30次胸部向上推壓。如果沒有知覺，再做：

如果看得見異物在口中，將其用手指挖出。

重復人工呼吸、拍背和探查直至可將空氣吹入

受害者肺部，有胸部起伏

心臟病的徵兆和心臟病發作的護理

徵兆

- 持續超過3-5分鐘的胸痛或不適，或者是停止後又重新出現
- 手臂疼痛，不適或壓力可擴散至肩膀、手臂、頸部或鎖部
- 惡心、呼吸急促或呼吸困難
- 冒冷汗、皮膚狀態改變
- 頭暈或失去知覺

護理

- 讓病者停止活動及休息
- 請人撥打9-1-1
- 讓病者以舒適的姿勢休息
- 解開束縛身體的衣服
- 協助其服下事先備好的藥物
- 密切觀察呼吸和脈搏
- 如果病者失去知覺，呼吸和脈搏停止，準備好給予心肺復甦術

成人心肺復甦術



步驟1

找出手的位置

步驟2

使肩膀垂直於雙手。
壓胸 1 ½ - 2英寸30次

步驟3

給予2次慢吹氣

如果沒有生命徵兆，
繼續輪流進行30次壓胸和2次吹氣

兒童心肺復甦術 (1 至12歲)



步驟1

如果沒有脈搏：
找出手的位置

步驟2

使肩膀垂直於雙手。
壓胸 1 ½ - 2英寸30次

步驟3

給予2次慢吹氣

如果沒有生命徵兆，
繼續輪流進行30次壓胸和2次吹氣

嬰兒心肺復甦術 (新生兒 至1歲)



步驟1

如果沒有脈搏：
找出手指的位置

步驟2

使手垂直於手指。
壓胸 ½ - 1英寸30次

步驟3

給予2次慢吹氣

如果沒有生命徵兆，
繼續輪流進行30次壓胸和2次吹氣

生存之鏈

1. 盡早發現
2. 盡早施行心肺復甦術
3. 盡早給予去顫電擊
4. 盡早給予高級生命支持



如果有自動體外電擊器 (AED)：

- 1 啟動緊急醫療服務 (EMS) 系統
- 2 開始心肺復甦術直至去顫器到來
- 3 將去顫器放在乾燥裸露的胸部
- 4 按照聲音提示操作



- 如果現場變得不安全
- 受害者有生命徵兆出現
- 有AED可以使用
- 你太疲勞以致不能再繼續
- 另外一位受過訓練的人士接手心肺復甦術
- 急救人員到達搶救



與當地消防部門、
學區、公園與休閒
部門以及市政府
共同合作。

如何與何時致電求援

如果受害者出現以下情況，請撥打9-1-1：

- 失去知覺，意識模糊，或者看起來要失去知覺
- 呼吸困難或呼吸不正常
- 持續胸痛或胸悶
- 持續的腹部不適或疼痛
- 嘔吐、便血或咳血
- 出現癲癇、嚴重頭痛或言語不清
- 看起來象是中毒
- 頭頸部或後背受傷

請上我們的網站查找當地紅十字分會，
報名參加心肺復甦術或急救訓練課程！

www.redcross.org



**American
Red Cross**