增能研習

11/26(三) **CPR+AED 急救教育研習**：

這次急救教育研習，讓我對急救的法律保障和實際操作都有更深入、更安心的認識。尤其是講師提到《緊急醫療救護法》第 14 條之 2「救護人員以外之人，為免除他人生命之急迫危險，使用緊急救護設備或施予急救措施者，適用民法、刑法緊急避難免責之規定。救護人員於非值勤期間，前項規定亦適用之。」因此，不管遇到什麼緊急狀況，只要我願意伸手救人，法律其實是站在我們這邊的。

課程中也強調，猝死是「隨時、隨地、任何人」都有可能發生的意外，不一定會先感到不舒服，也不是只有長輩才會遇到。所以第一時間快速評估、立即開始 CPR，真的是唯一能提升生存機會的方法。我也重新認識 CPR 的停止時機，原來只有在傷患真正恢復意識（是能開口講話，不是手動或眨眼）、有其他人或醫護人員接手，或 AED 進行心律分析時才會停止，其他時間基本上都是要持續不間斷。

AED 的操作流程其實比想像中簡單，就是開機、貼片、照機器指示操作。講師也提醒，如果 AED 建議電擊，要先確認沒有人碰到患者，再按下閃動按鈕，電擊後就要立刻接續 CPR，直到救護人員抵達。而如果 AED 判定不需要電擊，那就是持續 CPR。小朋友的貼片位置，要先貼背後，再貼胸前。另外在貼電擊片的時候，也要注意一些情況，例如-胸部濕要先擦乾、胸毛太多要刮掉、胸前若貼藥膏要先清除、有金屬飾品要移開，如果有外傷也要避開傷口等，這些都是以前沒有特別去留意的細節。

除了 CPR 和 AED，今年研習有別於以往，花不少時間在止血教育上。聽到創傷死亡有三成五是「嚴重出血」造成，而且大量出血兩分鐘內就可能致命，真的很震撼。也因此理解到，急救不只有心肺復甦，止血帶同樣是關鍵技能。講師強調的流程也很明確：確保環境安全、求救、辨識出血，再進行加壓或使用止血帶。止血帶一定要用在四肢，也不能綁在衣服上，必須直接貼皮膚，最後旋轉桿要轉到血真正停住為止。

這次研習讓我學到的不是只有技術，更是一種「敢救」的態度。法律會保護善意的救人行為，也更清楚關鍵的急救原則與操作。希望未來如果真的遇到緊急狀況，我能用這次學到的知識，在第一時間做出正確而有效的處置，成為真正能幫上忙的人。



CPR+AED(今年+止血帶)急救教育研習



AED~開機、貼片、照機器指示操作



兒童的貼片位置要先貼背後再貼胸前



實際操作心肺復甦術（CPR）胸外按壓