

心肺復甦術的新進展

◎林口長庚急診醫學部副主任 詹逸凌

當心臟停止跳動，人會瞬間失去意識，停止呼吸，臉色很快會變得蒼白、發紫。此時施行心肺復甦術（cardiopulmonary resuscitation, CPR），可爭取將病人救回的機會。所謂的CPR，主要是指體外心臟按摩與人工呼吸。體外心臟按摩是讓病人臉部朝上平躺，用雙手按壓胸部中間，來擠壓心臟，將血液擠到主動脈，維持血液循環。人工呼吸，則是將病人嘴巴打開，向內吹氣，來維持病人肺部的通氣狀態。

一般大眾常會覺得：我不是醫生護士，沒有受過訓練，不會急救病人；或

者是：會發生心跳停止，應該是生了很嚴重的病，我就算幫他/她做CPR，也救不回來；甚至還會擔心被怪罪施救不力，或者造成傷害被咎責。會有這些疑慮實屬難免。關於咎責部分，緊急醫療救護法第14-2條規定：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、刑法緊急避難免責之規定。所以法律是保障施救者的。

至於沒有受過訓練的人，CPR會不會做錯，能不能把病人救回來，實際的狀況跟大家所想像的其實不大一樣。因為生病已經在醫院住院的病人，發



目前許多機關和企業在公共場所皆設置有「自動體外心臟電擊器（AED）」，讓民眾在危機時刻可以方便取得，把握救人黃金時機

醫學小教室

高品質的CPR口訣

用力壓

快快壓

胸回彈

莫中斷



生心跳停止，常常是病情惡化的結果。要藉由 CPR 來回復這些病人的血液循環，的確很困難。然而，在一般的生活環境裡，很少人會突然間心跳停止的。而這些在一般的生活環境裡突然發生心跳停止的人，許多都是當時突然發生冠狀動脈阻塞，引發心臟缺氧與心律不整。這群病人是有救的！這種突發冠狀動脈阻塞、心臟缺氧、心律不整引發的心跳停止，只要能及時對心臟施予電擊，就可能讓心跳回復，把病人從鬼門關前搶回來。要救回病人，有幾個要件都要齊備；最重要的，是您願意上前伸出援手，看到突然倒下的人，願意趨前確認停止呼吸，打 119 求救，然後幫



▲為使一般民眾都能了解「自動體外心臟電擊器（AED）」的使用方式，我們也舉辦了多場的教育訓練活動，希望藉此拋磚引玉，帶動國人重視急救觀念

病人 CPR。其次，要及時取得體外去顫器（automated external defibrillator, AED），依其語音指示操作，愈早給病人電擊，愈能成功救回病人。這兩項要件至關重要。

自從 2010 年起，美國心臟協會制定的 CPR 指引，就強調鼓勵民眾施行 CPR，以及普遍設置 AED。緊急醫療救護法第 14-1 條，也要求中央衛生主管機關公告的公共場所應設置 AED。AED 的操作十分簡單，而且都有語音指示，只要打開電源開關，即使從來沒有使用過 AED，也能夠立刻學會操作。只要將電擊貼片的接頭接到 AED 上，貼片貼在病人胸部，然後等待 AED 分析病人心律；若 AED 建議電擊，則在確認無人碰觸病人之後，按下閃爍的電擊鈕即可，之後請繼續做 CPR。能夠電擊的心律，常常是救得回來的心律。

至於 CPR，為了鼓勵民眾施行，CPR 可只壓胸，不做人工呼吸。高品質的 CPR，要訣是「用力壓、快快壓、胸回彈、莫中斷」，希望能每分鐘壓 100 到 120 次（即一秒兩下），深度至少 5 公分；放開壓胸時要讓胸廓回到正常的位置，然後要儘量連續壓胸，不要中斷。

若您願意伸出援手，施行高品質的 CPR 與使用 AED，就能夠救回一條生命，與一個家庭的幸福。☺