



第一節 急救常識

一、創傷

創傷主要由外力引起，可能造成出血及組織損傷甚至感染。

(一)輕微出血的處理：

1. 用中性肥皂及冷開水或自來水、生理食鹽水；以傷口為中心，環形向四周沖洗，徹底洗淨傷口。
2. 用優碘藥水或藥膏由內向外消毒傷口，再用消毒紗布覆蓋傷口，繃帶或膠布固定。

(二)嚴重出血的處理：

1. 止血法：

- (1) 直接加壓止血法，以乾淨的布或紗布加壓每次3~5分鐘。切勿用衛生紙或棉花。
- (2) 抬高傷肢（高於心臟）止血法。
- (3) 冷敷止血法，每次15~20分鐘，針對淤腫等內出血。
- (4) 止血點止血法，常用於四肢止血點：肱動脈、股動脈。

2. 鼻出血：

- (1) 保持患者安靜坐下，將頭部稍微往前傾。

2-2 領隊·導遊實務(一)

(2)以拇指、食指壓下鼻樑5~10分鐘。

(3)鬆開衣領，令患者張口呼吸。

(4)於額部、鼻部冷敷。

(5)如短時間未止血，應送醫就診。

3. 斷肢處理：

(1)將斷肢找到，完全包在生理食鹽水浸濕的無菌敷料中，放於塑膠袋中密封。

(2)將袋子放入放冰的袋子或容器中密封。

(3)斷肢不可浸泡鹽水或其他液體中，不可直接放於冰上冷凍。

(4)儘快將斷肢及傷患送達醫院，斷肢最好在6~8小時縫合。

二、灼燙傷

(一)燒傷、燙傷、曬傷、化學藥物灼傷造成的傷害依深度分為三度：

灼傷深度	受傷組織	臨床症狀	原因	癒合時間
第一度	表皮淺層	紅、腫、痛	日曬、紫外線、火花	3~7天無疤痕
淺二度	表皮	紅、痛、水泡	燙傷、短暫燒傷	21天內輕微疤痕膚色改變
深二度	表皮和部分真皮	呈白色或紅色 皮膚尚柔軟	長時間燒燙傷	21天以上可能有嚴重肥厚疤痕
第三度	整層皮膚可能深及皮下組織肌肉骨骼	呈白色或黑色 乾硬如皮革， 極少疼痛	燒燙傷、電灼傷、化學性灼傷	同上，需植皮

(二)灼傷的面積和嚴重性：一般成人三度灼傷超過15%（小孩10%），就必須送醫。若灼傷的面積超過30%，則有生命危險。

(三)輕微灼傷急救：

- 1.把傷處浸於冷水或沖冷水10~20分鐘，並於水中小心除去衣物。
- 2.不可用油脂、油膏塗抹。
- 3.皮膚水泡不要刺破，用消毒紗布覆蓋。

(四)嚴重灼傷急救：

1. 如果衣物著火，用外套或毯子把火撲滅，避免在地上打滾，以免進一步傷害。
2. 檢查維持呼吸道通暢，有無其他出血或骨折傷害。
3. 不要企圖除去燒焦衣物或用冷水沖傷口。
4. 用消毒厚紗布保護傷口。
5. 讓患者躺下，預防休克，儘速送醫。

(五)燙傷急救步驟：

1. 沖：迅速將受傷部位以自來水沖洗。
2. 脫：受傷部位泡後再小心除去衣物。
3. 泡：進一步浸泡於冷水中，以減輕疼痛及穩定情緒。
4. 蓋：用清潔布條或紗布等覆蓋受傷部位。
5. 送：送往鄰近醫院做進一步處理。

三、骨骼、關節、肌肉損傷

損傷名稱	骨 折	扭 傷	脫 臼
症 狀	1. 患者感覺骨骼斷裂聲音。 2. 疼痛、腫脹、皮膚變色、觸痛、不能動。 3. 變形、出血、休克。	1. 疼痛、腫脹、觸痛、動作疼痛。 2. 有時淤血。	1. 關節處劇痛。 2. 外表變形，不能活動。 3. 關節周圍腫脹。
急救原則 (適用於各種骨骼關節肌肉損傷)	1. 原地處理。 2. 保持患處骨骼及鄰近關節不動。 3. 預防休克。 4. PRICE原則。	謹守PRICE。	謹守PRICE。
急救步驟	1. 優先處理其他危及生命的傷害如窒息、大出血等。 2. 固定骨折部位。 3. 不可把突出的骨骼推回去。 4. 抬高患肢。 5. 冰敷患部。 6. 預防休克，即刻送醫。	1. 固定扭傷關節。 2. 冰敷患部。 3. 不要用患部行走。 4. 送醫。	1. 同骨折處理法。 2. 冷敷，減輕腫脹及疼痛。 3. 不要試圖自行復位。 4. 送醫。