

嬰兒CPR急救訓練

一、判別方法：

父母們在平時就要觀察及記錄孩子的一般反應和動作、呼吸次數、脈博次數、皮膚顏色、體溫和水份，以便俱備辨別一般情況和緊急狀況的能力。而在緊急狀況時要依下列項目來評估寶寶的情況：

- 1. 意識程度：一個人的警覺程度，通常睡著的情況是可以被叫醒的。失去意識則是指，對刺激或叫喊無反應、流口水、翻白眼及舌頭往後抵到喉嚨。檢查意識的方法可用刺激，如拍打腳掌、彈打腳跟、磨擦背部和大聲叫喊名字並搖動孩子。
- 2. 吸呼道：呼吸道的組成爲鼻、咽喉、氣管、支氣管及肺泡。正常通氣良好的呼吸道是要呈一直線的。
- 3. 呼吸：正常的呼吸是安靜、不費力的呼吸。因此要先確定孩子沒有自己的呼吸。呼吸頻率的正常範圍：每分鐘新生兒30－50次，二歲的孩子24－32次，10歲的孩子20－26次，成人12－18次。
- 4. 循環：通常以脈博和膚色來評估循環良好與否的指標，另外微血管回復時間：即指按壓指甲床，若指甲床顏色由泛白恢復紅色的時間小於2秒，即爲正常。心跳次數的正常範圍：每分鐘新生兒120－160次，2歲的孩子80－130次，10歲的孩子70－110次，成人70－90次。
- 5. 體溫：體溫過高有可能是穿太多、感染等因素，體溫過低則可能是休克造成。
- 6. 水份：孩子生病時水份的評估很重要。水腫因外觀明顯容易觀察，脫水時的症狀較不明顯，就必須小心觀察，如尿少、眼睛下陷、前凶門凹陷、皮膚失去彈性、口乾舌燥、哭的時候沒有眼淚、心跳過快、虛弱、昏迷。

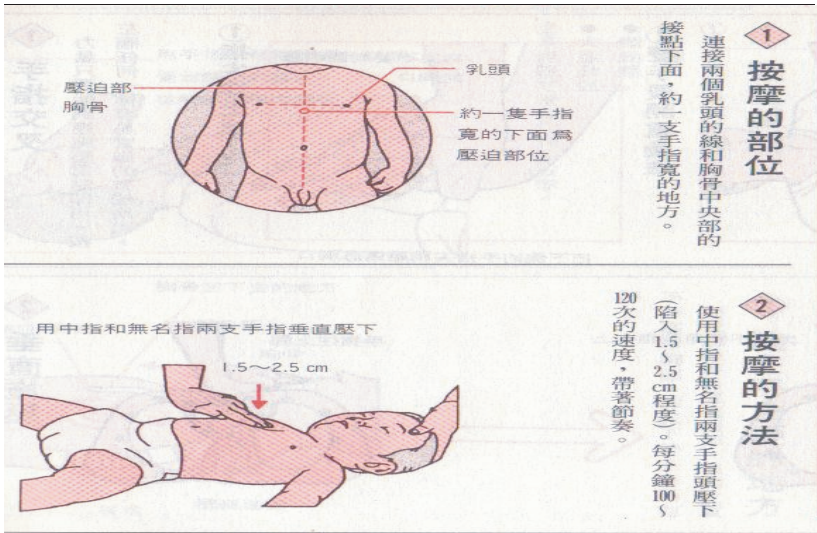
經過評估後，如果呼吸暫停一分鐘以上或心跳過慢，就必須執行急救術。

二、急救步驟：

- 1. 暢通呼吸道：評估呼吸，不超過10秒鐘。壓額提下巴（頭頸部輕度伸展，因呼吸道柔軟），用眼睛看胸口是否有起伏，用耳朵聽口鼻是否有呼吸聲，用臉頰感覺是否有呼氣至臉上。
- 2. 吹氣方式：口對口鼻，以普通氣量甚至口腔內之氣量即可；吹氣時嘴唇需緊密罩住嬰兒的口鼻；最初先吹兩口氣，每次吹氣時間1-1.5秒鐘；人工呼吸速率每3秒鐘一次，每分鐘20次。



- 3. 評估脈搏：評估是否有心跳，不超過10秒鐘。
- 4. 胸外按壓：
 - A. 位置：胸骨下半段，兩乳頭之間假想連線下讓開一橫指之胸骨上。
 - B. 手法：用中指、無名兩指做按壓。
 - C. 深度：1.5-2.5公分，約胸壁厚度1/3-1/2。
 - D. 速率：至少100次/分。



- 5. 胸外按壓與人工呼吸：比例爲：1；速率至少20個週期/分。