



## 一歲以下嬰兒心肺復甦術(一般民眾版)



當您是單獨一個人與寶寶共處時，如果嬰兒需要急救，在打 119 前，必須先給予 2 分鐘心肺復甦術。

全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經小兒科醫師專家檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

## 一、急救口訣：安叫叫 CAB

(一) **【安】** 確認所處環境安全，適合施救。

(二) **【叫】** 叫喚寶寶

叫喚並輕拍寶寶肩膀或腳底(圖一)，確認沒有反應或沒有呼吸，讓寶寶平躺於一堅固安全的平面上，並開始作心肺復甦術。



圖一 輕拍腳底

(三) **【叫】** 求援他人

尋求他人協助或撥打 119，若獨自一人，先做 2 分鐘心肺復甦術後再打 119。

(四) **【C】** 給予 30 次胸部按壓

寶寶移至堅硬木板床，以用中指及無名指垂直下壓或手掌環身、手指墊背、雙拇指併排下壓，於兩乳頭連線正中央，每次下壓深度約 4 公分，下壓

深度為寶寶胸廓前後徑的 1/3 (用力壓)，每分鐘 100-120 次(快快壓)，需等待胸部恢復至原來位置再下壓(胸回彈)，過程中避免中斷(莫中斷)，給予 30 次胸部按壓(圖二、圖三)。



圖二 拇指併排下壓兩乳頭連線中央



圖三 用中指及無名指垂直下壓

#### (五) 【A】 打開呼吸道

在肩背處墊一小毛巾約 2-3 公分厚，以壓額頭抬下巴法(圖四)，打開呼吸道，勿將頭過度伸展，如果口鼻有分泌物，用吸球抽吸乾淨，先抽吸口腔再抽鼻腔。



圖四 壓額頭抬下巴法

(六) **【B】** 人工呼吸

評估寶寶沒有呼吸，用您的嘴同時蓋住寶寶的嘴和鼻子，吹兩口氣，每次吹氣時間 1 秒鐘，並觀察到嬰兒胸部有起伏(圖五、圖六)。



圖五 評估呼吸



圖六 蓋住口鼻吹兩口氣

重覆交替「胸部按壓 30 次，人工呼吸 2 次」，直到寶寶會動或醫療救護人員到達為止。

## 二、結語

意外事故發生，若能進行適當的急救，維持生命徵象，直到醫療救護人員到達，就有可能及時挽救一個寶貴的生命。

## 三、參考文獻

曾偉杰(2015)·兒童評估與兒童基本救命術·台大兒童醫院主編，*實用兒科學*(765-773 頁)·台北：金名。

衛生福利部(2020)·2015 民眾版心肺復甦術參考指引摘要表-公告修正版·取自

<https://www.mohw.gov.tw/cp-170-7692-1.html>

蕭慧玲(2015)·嬰幼兒急救與護理重點·陳月枝總校閱，*實用兒科護理*(867-882 頁)·台北：華杏。