



＜考前簡易記誦流程＞成人心肺甦醒術



1

(叫) 輕拍並呼叫案主



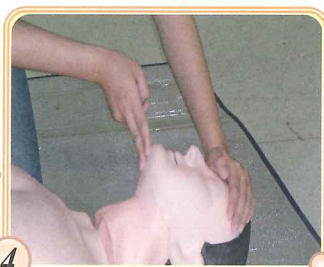
2

(叫) 求救



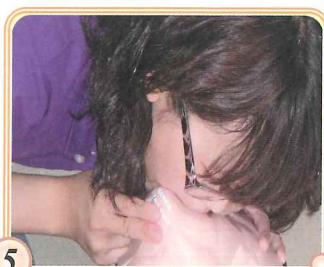
3

(C) 心外按摩 30 次



4

(A) 暢通呼吸道



5

(B) 人工呼吸



6

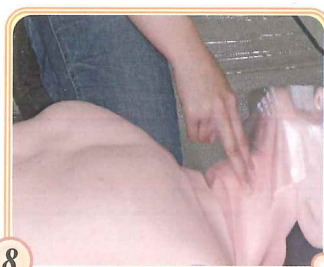
評估脈搏

無脈搏



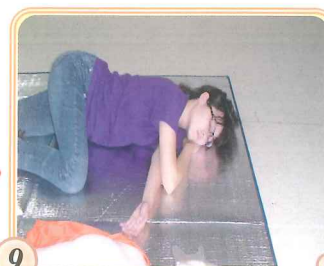
7

心外按摩 30：人工呼吸 2
(五個循環)



8

檢查循環跡象



9

復甦姿勢



10

保暖送醫



考試正式開始（共計 6 分鐘）

101 年起改 2010 年新版 CPR 標準，操作順序：

C（循環）→A（暢通呼吸道）→B（人工呼吸）。

1. 進入考場後，由監評委員說明試題及環境、用物介紹。
2. 先拿取 CPR 面膜及酒精棉片。
3. 執行心肺甦醒術時，以考場事先備妥在地板上的模型操作，不需要將床上的個案抱下來，僅口述即可。
4. 執行復甦姿勢時，應檢人須躺在地板，以自己身體示範。
5. 有口述時應儘可能咬字清楚，音量不宜過小以能讓監評委員聽到為主。
6. 本試題中部分項目未達標準，則全大項不給分，需注意（以紅色粗斜體字特別標示）。
7. 監評委員以觀看監視器亮燈或列印記錄紙為評分依據，應檢人無法看到燈號，故須靠平日多利用模型練習。

成人心肺甦醒術

一、評估意識（6 分）

評審項目	評審標準	不給分情況	配分
1. 輕拍案主肩膀並呼叫（如：陳太太你好嗎？），同時目測是否有正常呼吸。	輕拍案主肩膀並呼叫，同時說出呼吸狀態才給分	無輕拍並呼叫及未口述呼吸狀態，其中一項未做到者不給分	6

1. 輕拍案主肩膀並呼叫，同時目測是否有正常呼吸

動作：

- (1) 認識題目及環境後，拿取 CPR 面膜及酒精棉片。



小叮嚀

部分考場無須拿取 CPR 面膜及酒精棉片，此步驟可省略。

- (2) 面對放置病床上的案主假病人，輕拍肩膀，並口述：「陳太太您好嗎？」



圖 3-1

取 CPR 面膜及酒精棉片



圖 3-2

輕拍案主肩膀並叫喚



(3)眼睛目視假病人胸部是否有正常呼吸，
並口述：「陳太太沒有呼吸。」



圖 3-3

目測胸部
是否有起伏
並口述



注意

- (1)勿用力搖晃或拍打臉頰。
- (2)無輕拍並呼叫或未口述呼吸狀態扣 6 分。
- (3)因洗手會延誤治療，操作前請勿洗手，否則本試題以零分計。

二、求救 (6 分)

評審項目	評審標準	不給分情況	配分
1. 自己或呼叫其他人員求救 (撥 119) 並口述儘速取得 AED。	有呼叫動作並口述儘速取得 AED 才給分	未有呼叫動作或未口述取得 AED 不給分	4
2. 將案主安全搬運平躺於地板 (面) 上 (口述)。	因居家環境大部分為彈簧床，無法施作成人心肺甦醒術，所以強調應先將案主置於平坦的地面或硬板上，再施行成人心肺甦醒術 (口述)	未口述不給分	2

1. 自己或呼叫其他人員求救 (撥 119) 並口述儘速取得 AED

舉起手，面對外面呼叫：「陳太太沒有呼吸了，快幫我撥 119，並拿 AED 過來。」



圖 3-4

呼叫求救

成人心肺
甦醒術



圖 3-5

口述：「將案主安全搬運於平坦地板上，再施行成人心肺甦醒術。」



2. 將案主安全搬運平躺於地板（面）上

口述：「將案主安全搬運平躺於地板上，再施行成人心肺甦醒術。」

動作：操作已事先放在地板上的模型，打開模型衣服。



圖 3-6

將已事先放在地板上模型的
衣服打開



小叮嚀

- * 考場已事先備好另一個 CPR 模型放在地板上，應使用此模型操作。
- * 模型的衣服是否打開並無規定，考生可自行決定；若要確認按壓部位，應將衣服打開。

三、快速胸部按壓（19 分）

評審項目	評審標準	不給分情況	配分
1. 找出正確位置：手指沿著肋間下緣滑向劍突上兩橫指，再將另一手掌根部放在前手上面，或兩乳頭連線中點，胸骨正上方（或胸骨下半段）。		位置錯者“三、快速胸部按壓”不給分	6
2. 施救者姿勢： (1) 雙手固定在患者的胸骨處，不可彈跳或移動。 (2) 雙手臂不可彎曲。 (3) 操作者身體不可搖擺。 (4) 接觸案主之手掌，五指不可完全貼在案主的胸部。		左列施救姿勢有一項不合乎規定者，不給分	5
3. 下壓深度：用背部及肩膀力量，垂直向下壓 5~6 公分（約 1/3 胸廓深），壓力平穩不可使用瞬間壓力，然後放鬆，放鬆時應給予胸廓充分回彈，但手掌不可離開胸骨。			4
4. 胸外心臟按摩以每分鐘 100~120 次的速率按壓 30 次（需亮綠燈）。			4



動作：

- (1)施作者雙腳打開與肩同寬，跪在模型頭胸部垂直處。
- (2)找出正確位置：手指沿著肋間下緣滑向劍突上兩橫指。
- (3)再將另一手掌根部放在手指上方或兩乳頭連線中點，胸骨正上方（或胸骨下半段）。
- (4)另一手掌扣住下方手掌，雙手掌扣緊，五指不可貼在案主的胸部。
- (5)用背部及肩膀力量，垂直向下壓 5~6 公分，然後放鬆，放鬆時應給予胸廓充分回彈，但手掌不可離開胸骨。
- (6)執行胸外心臟按摩時，並清楚喊出：「一下、二下、三下、四下、五下、六下、七下、八下、九下、十下、十一、十二、十三、十四、十五、十六、十七、十八、十九、二十、二一、二二、二三、二四、二五、二六、二七、二八、二九、三十」，以每分鐘 100~120 次的速率按壓 30 次。



圖 3-7

手指沿著肋間下緣滑向劍突



圖 3-8

劍突上兩橫指或兩乳頭連線中點



圖 3-9

另一手掌根部放在二指上緣



圖 3-10

雙手掌扣緊，五指不可全貼在案主的胸部



圖 3-11

下壓至少 5~6 公分



新版 CPR 第一步
驟不需先評估脈搏，
直接進行心外按壓，
以爭取時效。



注意

- (1) 位置錯者“三”
不給分，扣 **19** 分。
(2) 要喊出口令數數，以掌握節奏，不可只喊 1,2,3……。



圖 3-12

30 次胸
外心臟
按摩



小叮嚀

施救者正確姿勢：

- * 雙手固定在患者的胸骨處，不可彈跳或移動。
- * 雙手臂不可彎曲。
- * 操作者身體不可搖擺。
- * 接觸案主之手掌，五指不可完全貼在案主的胸部。
- * 心臟按壓時，只有在按壓位置正確、按壓深度正確時，燈號會亮起綠燈。



錯誤的施救姿勢



圖 3-13

雙手彈跳
或移動



錯誤示範

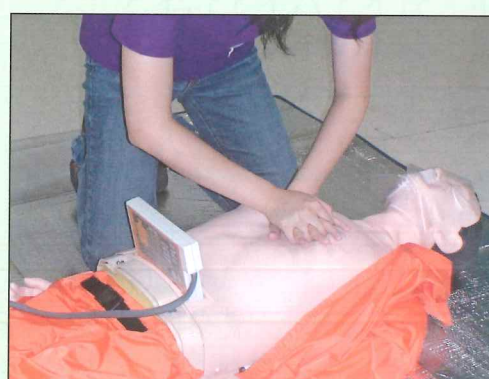


圖 3-14

雙手臂
彎曲



錯誤示範



圖 3-15

操作者
身體搖擺



錯誤示範



圖 3-16

接觸案主
之手掌，
五指完全
貼在案主
的胸部



錯誤示範



四、呼吸（22 分）

評審項目	評審標準	不給分情況	配分
1.維持呼吸道通暢：以壓額抬下巴法打開呼吸道及口述清除口腔異物。	雙手須維持放置於下巴及額頭才給分	未確實做到及口述者不給分	4

1.維持呼吸道通暢：以壓額抬下巴法打開呼吸道及口述清除口腔異物。

動作：

- (1)一手壓額頭，另一手同時抬下巴。一面操作，一面口述：
「暢通呼吸道，以壓額抬下巴法打開呼吸道，清除口中異物。」
- (2)蓋上 CPR 面膜（或在壓額抬下巴之前蓋上）。面膜的白色濾紙放在模型嘴上。

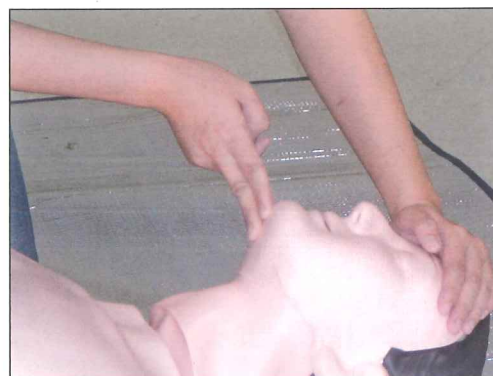


圖 3-17

暢通呼吸道，壓額抬下巴及口述清除口腔異物



圖 3-18

蓋上面膜



圖 3-19

面膜白色濾紙處放在模型嘴上



小叮嚀

- * 慣用右手者，建議跪在模型的右邊，操作較順手。
- * 有些考場已事先蓋上面膜則無須自行放置面膜。



評審項目	評審標準	不給分情況	配分
2.若無呼吸，壓額抬下巴，迅速做人工呼吸 2 次：		未壓額抬下巴或只做一次者則“2”不給分	
2-1.維持呼吸道通暢。一手置案主前額，一手抬下巴。			5
2-2.施救者捏緊案主鼻子，嘴部與案主口部密合。	每次操作，需將鼻部捏緊，以防漏氣	漏氣者不給分	4
2-3.吸氣後給予案主 2 次人工呼吸（每次吹氣時間 1 秒）。	兩次吹氣胸部皆有起伏，且二次人工呼吸間需將鼻部放鬆	胸部無起伏或鼻部未放鬆者不給分	4
2-4.觀察胸部起伏。若無起伏表示呼吸道不通暢，請重新暢通呼吸道再吹氣，或排除口腔異物（口述）。		沒有觀察動作者不給分	5

2. 若無呼吸，壓額抬下巴，迅速做人工呼吸 2 次：

動作：

- (1)維持呼吸道通暢。一手置案主前額，另一手抬下巴。
- (2)捏緊模型鼻子。
- (3)深吸一口氣後，嘴部與模型口部密合，一次吹氣時間 1 秒（第一口氣）。
- (4)施救者嘴部離開模型口部，觀察胸部起伏。
- (5)再深吸一口氣後，捏緊模型鼻子。
- (6)深吸一口氣後，嘴部與模型口部密合，一次吹氣時間 1 秒（第二口氣）。
- (7)施救者嘴部離開模型口部，再觀察胸部起伏。



圖 3-20

壓額抬下巴，暢通呼吸道



圖 3-21

一手捏緊模型鼻子，一手持續抬下巴



口述：「若無起伏表示呼吸道不通暢，請重新暢通呼吸道再吹氣，或清除口腔異物。」



注意

未壓額抬下巴
或只做一次者 “2”
項不給分，扣 18
分。



圖 3-22
深吸一口
氣後，嘴
部與模型
口部密合
（第一口
氣）



圖 3-23

吹氣後放
鬆鼻子，
觀察胸部
的起伏



圖 3-24

捏緊模型
鼻子



圖 3-25

深吸一口
氣，嘴巴
與模型口
部密合
（第二口
氣）



圖 3-26

吹氣後放
鬆鼻子，
觀察胸部
的起伏



圖 3-27

口述：「若無起伏表示呼吸道不通暢，請重新暢通呼吸道再吹氣，或排除口腔異物」



小叮嚀

- * 每次吹氣，需將鼻部捏緊，以防漏氣，漏氣者不給分。
- * 監視器由監評人員觀看，應檢人無法看見。
- * 沒有觀察動作者不給分。
- * 2 次人工呼吸之間，需將鼻部放鬆。
- * 每次吹氣時間至少須維持 1 秒。



評審項目	評審標準	不給分情況	配分
3.約 2 分做完五個循環。	能執行胸外心臟按摩與人工呼吸比率 30：2，五個循環中至少能三個循環完整。	未能實際執行胸外心臟按摩、人工呼吸，或五個循環中未能三個循環完整。	4

1~3.頸動脈無搏動，則施行 30：2 胸外心臟按摩與人工呼吸

動作：

(1)以食指、中指觸摸喉結的左側或右側 2 公分的頸動脈，口述：
「頸動脈無搏動，則施行 30：2
胸外心臟按摩與人工呼吸。」

(2)找出正確位置：手指沿著肋間下緣滑向劍突上兩橫指。

(3)再將另一手掌根部放在手指上方或兩乳頭連線中點，胸骨正上方（或胸骨下半段）。

(4)另一手掌扣住下方手掌，雙手掌扣緊，五指不可全貼在模型的胸部。



圖 3-28

評估頸動脈



圖 3-29

手指沿著
肋骨下緣
滑向劍突



圖 3-30

劍突上兩
橫指



圖 3-31

另一手掌
根部放在
二指上緣
或兩乳頭
連線中點



圖 3-32

雙手掌扣
緊，五指
不可全貼
在模型的
胸部



(5)用背部及肩膀力量，垂直向下壓5~6公分，然後放鬆，放鬆時應給予胸廓充分回彈，但手掌不可離開胸骨。

(6)執行胸外心臟按摩時，並清楚喊出：「一下、二下、三下、四下、五下、六下、七下、八下、九下、十下、十一、十二、十三、十四、十五、十六、十七、十八、十九、二十、二一、二二、二三、二四、二五、二六、二七、二八、二九、三十」，速率以每分鐘100~120次的速率按壓30次。

(7)維持呼吸道通暢：一手置模型前額，另一手抬下巴。

(8)捏緊模型鼻子。

(9)深吸一口氣後，嘴部與模型口部密合，一次吹氣時間1秒（第一口氣）。

(10)施救者嘴部離開模型口部，放鬆鼻子，觀察胸部起伏。

(11)再捏緊模型鼻子。

(12)深吸一口氣後，嘴部與模型口部密合，一次吹氣時間1秒（第二口氣）。



圖 3-33

下壓至少
5~6公分



圖 3-34

30次胸外
心臟按摩



圖 3-35

壓額抬下
巴，暢通
呼吸道



圖 3-36

一手捏緊
模型鼻
子，一手
持續抬下
巴



圖 3-37

深吸一口
氣，嘴部
與模型口
部密合
（第一口
氣）



(13)施救者嘴部離開模型口部，再觀察胸部起伏。

(14)監視器燈示為準，30 次至少有 20 次有亮綠燈。

(15)重複(2)~(14)，2 分鐘做完 5 個循環，至少 3 個循環完整。

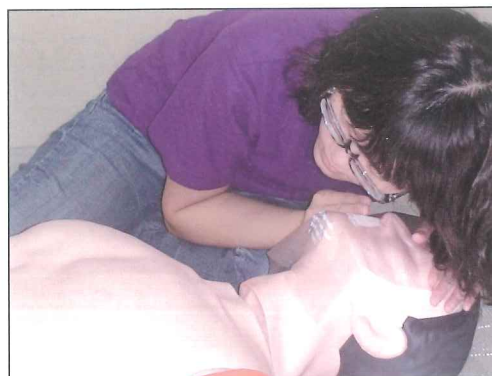


圖 3-38

吹氣後放鬆鼻子，觀察胸部的起伏



圖 3-39

捏緊模型鼻子



圖 3-40

深吸一口氣，嘴部與模型口部密合（第二口氣）



圖 3-41

吹氣後放鬆鼻子，觀察胸部的起伏



圖 3-42

30 次至少有 20 次亮綠燈



小叮嚀

- * 位置錯者“五”不給分，扣 29 分。
- * 每一週期（循環）胸外心臟按摩：人工呼吸 = 30：2。
- * 約 2 分鐘做完五個循環，五個循環中至少 3 次有效才給分（以監視器燈示為準，30 次有 20 次亮綠燈才給分）。
- * 每次操作時，一定要重新找出正確位置。
- * 要喊出口令數數，以掌握節奏，不可只喊 1,2,3……。



不同形式的監視器有效燈號

以監視器燈示為準，30 次胸外心臟按摩須有 20 次亮綠燈。不同考場，所備模型種類不同，顯示燈號如下：



圖 3-43

有效胸外
心臟按摩
燈號 A



圖 3-44

有效胸外
心臟按摩
燈號 B



圖 3-45

有效胸外
心臟按摩
燈號 C

六、急救後，檢查心肺復甦術的成效（12 分）

評審項目	評審標準	不給分情況	配分
1. 檢查脈搏及呼吸跡象（呼吸、咳嗽），身體及四肢有無移動。	測量脈搏並口述有無呼吸跡象	其中一項未確實做到者不給分	4
2. 倘無脈搏，繼續心肺復甦術（口述）。		未口述者不給分	4
3. 若有脈搏但無呼吸，則繼續人工呼吸：每分鐘 12 次（直到出現呼吸）。	口述完成	未口述者不給分	4



1.2.3. 檢查脈搏及呼吸跡象

動作：做完 5 次週期後，檢查頸動脈搏動的位置：以食指、中指觸摸喉結的左側或右側 2 公分處。

口述：

- (1) 「無呼吸、咳嗽、身體及四肢移動等呼吸跡象。」
- (2) 「無脈搏，繼續心肺復甦術。」
- (3) 「有脈搏、無呼吸，繼續人工呼吸：每分鐘 12 次，直到出現呼吸。」



圖 3-46
評估頸動脈

七、急救後處理（6 分）

評審項目	評審標準	不給分情況	配分
1. 若無意識，應採復甦姿勢，並請應檢人口述及示範復甦姿勢。		其中一項未確實做到者不給分	4
2. 保暖送醫，並需密切評估呼吸及脈搏（口述）。	三項全口述才給分	其中一項未確實做到者不給分	2

1. 採復甦姿勢

口述：「案主無意識，採復甦姿勢。」

動作：應檢人示範復甦姿勢，分解動作如下。

- (1) 平躺，近側手臂平移與肩同高。
- (2) 遠側手上彎置於近側肩部。
- (3) 遠側腳抬起與近側腳交叉。
- (4) 身體呈一直線轉向近側。
- (5) 將上方的腳彎向腹部。
- (6) 將置於近側肩部的手置於近側臉頰下方，手心向下。

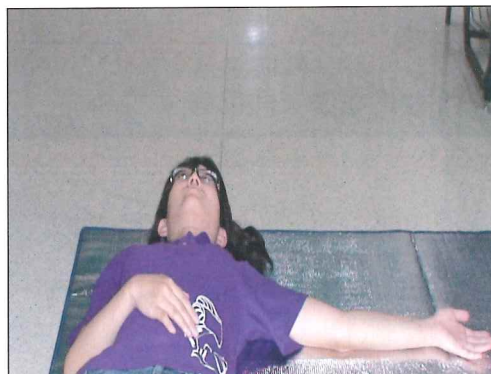


圖 3-47
手臂平移與肩同高



圖 3-48
遠側手上彎置於近側肩部

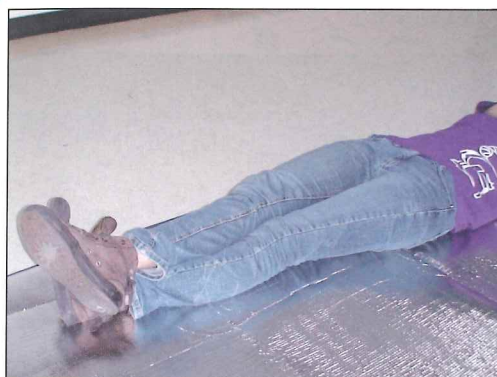


圖 3-49

遠側腳抬起與近側腳交叉

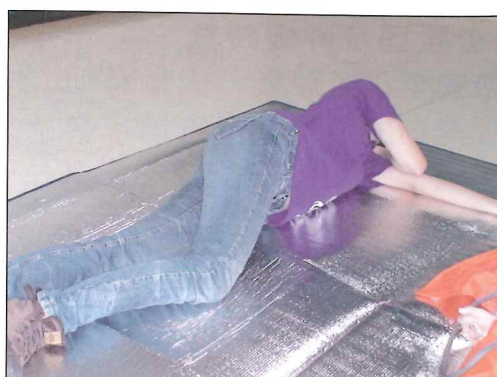


圖 3-50

身體呈一直線轉向一側

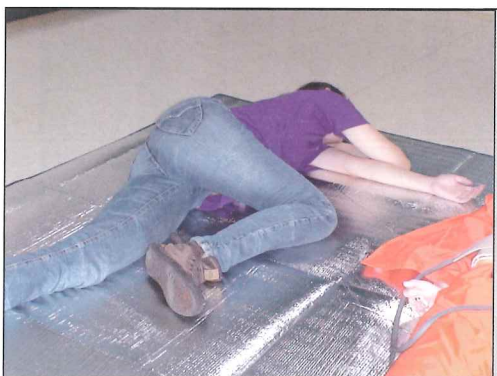


圖 3-51

上方的腳彎向腹部

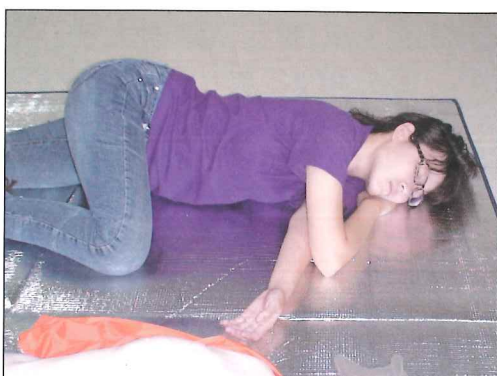


圖 3-52

手置於近側臉頰下方，手心向下



小叮嚀

復甦姿勢的原則：

- * 患者的姿勢以接近側躺為主，頭部的姿勢要能讓口中的分泌物流出。
- * 患者的姿勢必須很穩定。
- * 不可造成患者胸部有壓迫，影響換氣。
- * 必須讓患者能再穩定且安全地轉回平躺，但要注意是否可能有頸椎傷害的存在。
- * 有利於觀察和評估呼吸道。
- * 本姿勢不會造成患者的傷害。

2. 保暖送醫，並需密切評估呼吸及脈搏

口述：「保暖送醫，並需密切評估呼吸及脈搏。」



注意

本試題以零分計情形：

- (1) 操作過程中，若案主有跌倒、摔傷等意外事件發生之事實，則本試題以零分計。
- (2) 操作前洗手者，則本試題以零分計；因洗手恐延誤急救時效。



圖 3-53

將模型衣服穿好



考 後 處 理



圖 3-54
取下面膜



圖 3-55
取出酒精
棉片



圖 3-56
擦拭模型
口腔及嘴
部



圖 3-57
將用過的
面膜與酒
精棉片丟
在垃圾桶