

校園常見傷病緊急處理方法

出血	動脈出血, 可在傷口之上方位壓迫動脈, 方法是大拇指或兩拇指同時捏住並緊急送醫; 少量出血可直接加壓, 並舉高傷口, 視情形決定送醫與否。
骨折	使傷者呈舒適坐/臥姿之後, 不要移動傷處, 先止血及以優碘消毒傷口, 再用副木(傘柄. 手杖亦可替代)將骨折處固定, 馬上送醫. 要注意預防休克。
外傷	先止血, 注意傷口的消毒以避免感染; 若頭部受傷, 則使其平臥, 頭部墊高並偏向一側, 迅速送醫。
發燒	1. 讓患者改穿輕便而吸汗的方服, 多休息並補充流質食品或開水。 2. 使用冰枕來使頭部舒服, 減少充血. 若患者覺得畏寒則禁用。 3. 如體溫持續發燒不退或 39 度以上, 立即送醫。
觸電	切斷電源, 將傷者送到通風良好處, 解開衣物, 使其仰臥並稍墊高頭部, 視情況急救送醫。
溺水	將溺水者救出水面, 脫掉濕衣服, 用乾衣服覆蓋, 避免受涼, 接著馬上清除口鼻異物, 視情況而做心肺復甦術並送醫。
休克	使患者平臥, 頭部稍低(呼吸困難則頭部墊高), 腳抬高, 解開衣物束縛, 或施行心肺復甦術等, 並送醫。
異物入眼	若是砂子、灰塵入眼, 可閉眼使眼睛流出淚液, 若仍無法流出則需就醫; 若疑似玻璃或有穿刺物入眼時, 請患者勿轉動眼球, 穿刺物須固定後覆蓋二眼盡速送醫; 若藥水濺入眼裡, 應立刻用大量清水沖洗, 用紗布覆蓋二眼儘速送醫。
異物入耳	若蟲類等小動物鑽入耳洞, 只要將耳朵朝光亮的地方, 便會爬出. 若是非動物性異物應就醫尋求醫師協助取出。
異物入鼻	先用嘴吸入一大口氣, 然後用手壓住非侵入異物的鼻孔, 用力吐氣, 若仍無法排出, , 即立即找醫師診治。
流鼻血	將頭部稍微往前傾, 以拇指及食指壓住二鼻翼 5-10 分鐘, 或於額部及鼻部冰敷。
熱衰竭	移到陰涼通風處, 解開衣物的束縛, 平躺腳抬高, 補充水分, 濕冷毛巾擦拭臉、頸、胸部, 若有噁心嘔吐感則暫停進食。
中暑	高體溫, 需立即移到陰涼通風處, 解開衣物的束縛, 墊高頭肩部仰臥休息, 盡快降低體溫(禁用冰塊)並立刻送醫。
燒傷燙傷	「沖」用流動的水沖洗傷口三十分鐘. 「脫」在水中小心的除去衣物. 「泡」冷水浸泡三十分鐘. 「蓋」覆蓋乾淨的布巾. 「送」趕快送醫。 注意: 不要在傷口上擦牙膏. 漿糊. 醬油或花生油, 以免症狀加劇。
癲癇發作	先確定四周環境安全, 不可制止其抽搐動作, 在旁紀錄發作時間及姿勢, 視情況予送醫。
毒蛇咬傷	應盡速除去束縛物, 盡量減少活動, 將傷肢放低, 迅速送醫。
蜈蚣咬傷	迅速擠出傷口的毒液, 並用清水清洗患部, 如伴有頭痛. 頭昏. 噁心. 嘔吐等現象, 必須送醫。
蜜蜂螫傷	以卡片或刀片小心地將蜂刺挑出, 以肥皂水清洗後以清水沖乾淨; 可用冷敷的方法可以減緩腫脹、止痛. 若叮咬傷口不適感(紅. 腫. 熱. 痛)加重或有蜂毒過敏反應(如: 呼吸急遽、心跳加快)應就醫, 以免引發過敏性休克。
急性腹瀉	不亂吃止瀉劑、不大量喝水, 但可補充含電解質飲品需避免高油脂、冷食、果汁、沙拉, 建議吃清淡、低渣、質地軟嫩食物。
噁心嘔吐	需禁食(不喝水), 但可服用止吐劑, 休息數小時後再少量喝水, 症狀減緩則可吃清淡食物並採少量多餐方式進食, 如稀飯. 吐司, 避免奶製品、太油、太甜的食物。
急性疼痛	適時支托患部, 給予冷熱敷, 熱敷-增加血流或減少關節僵硬, 冷敷-增加血管收縮減少肌肉痙攣發炎及水腫。提供舒適的環境心理支持, 減輕焦慮, 盡早就醫治療。
急性中毒或過敏	評估中毒原因, 如皮膚或眼睛感染可用清水或生理食鹽水清洗 30 分鐘清除毒素, 迅速就醫, 而過敏反應如臉部、眼睛、嘴唇腫脹麻、皮膚出疹、呼吸困難、說話困難、咳嗽不止等……須馬上送醫並連絡家屬。
突發性體溫不穩定	全身發抖, 手脚冰冷以保暖為主, 可補充溫開水。全身溫熱, 呼吸心跳快, 頭痛, 倦怠需補充水份進行物理性降溫。當流汗. 體溫稍降時仍需補充水份, 適當保暖。
心跳停止	執行心肺復甦術(CPR+AED 支援), 撥打 119 求救, 立即啟動學校緊急傷病處理機制, 立即就醫。