

野外求生知識

小主題	藍色生命之星	傷口處理(蛇咬)	環境急症(低體溫)	搬運
目標	了解緊急救護原則	1. 了解傷口包紮 2. 蛇咬傷處理	低體溫積極處理	了解搬運法
時間	10mins	45mins	35mins	25min
教學資源	中級救護技術			
主要教學活動	講故事、對外求援 演練	練習包紮、蛇咬傷 要訣	練習積極給予回溫 方式	練習搬運
評量				

## 教學計畫

教學主題	野外求生及救護知識	設計者	蕭嵐云、史宛儒
教學對象	國小中、高年級(約 30 人)	教學時間	2 小時
教學目標	<p>一、 認識並能說出緊急救護的基本原則。</p> <p>二、 認識並能辨別傷口，進行傷口處理。</p>		
課堂準備			
教學活動及實施方式		備註	教材
<p><b>活動一 藍色生命之星—認識緊急救護原則 (共 10 分鐘)</b></p> <p>壹、 引起動機</p> <p>一、 介紹蕭老師的職業 (消防員的工作)</p> <p>* 提問：你覺得消防員要做哪些工作？</p> <p>1. 救火。 2.救護。 3.防火宣導。</p> <p>二、 聚焦「救護」，帶入急救</p> <p>* 提問：在哪些時候你會需要消防員來救你？</p> <p>整理提問，並引導救援場景至野外。</p> <p>貳、 主要活動</p> <p>一、 緊急救護的由來</p> <p>來自於「軍陣醫學」，由拿破崙軍隊的外科軍醫創立，目標在最短的時間以馬車運送及救護傷兵；第二次世界大戰，使用直升機及受過訓練的醫護兵，給予立即救護與迅速後送，累積了傷病患的救護原則，奠定當今</p>		若有缺可補充，以重點式呈現	

<p>緊急救護的基礎。。</p> <p>二、專有名詞</p> <p>1.緊急救護：當人類的生命因為緊急危難事故受到威脅，就是緊急救護啟動時刻。消防員的工作之一，開著救護車後送傷患的工作。</p> <p>2.患者：受傷的人。</p> <p>3.生命徵象：患者的呼吸、心跳、意識。</p> <p>4.意識：患者能不能正常的跟你溝通、回應你問的問題。</p> <p>三、野外緊急救護步驟</p> <p>1.觀察：現場環境是否安全？例如：土石流先逃？就地救護？</p> <p>2.呼叫：呼叫身邊的大人，請大人幫忙（小孩）。</p> <p>3.救護：處理傷口。</p> <p>* 嚴重到影響生命，則對外求援：</p> <p>1.找到可行的通訊系統、有訊號的地點，打 119 求援。</p> <p>2.看著地圖的座標，告知救援者。</p> <p>參、評量活動(時間不夠，則不問)</p> <p>* 口頭問答：</p> <p>1.消防員的工作內容？（請舉 2 項）</p> <p>2.緊急救護的由來？（用最短的字數回答）</p> <p>3.生命徵象是指？</p>	<p>此部分，針對學童是否調整？</p> <p>還是不管年齡大小統一都用此急救步驟？</p> <p>國小學童還未學習到座標判讀，因此可提，但提醒未來國中地理課要好好上。</p> <p>問答活動，可依問題難度分別指定三至六年級回答。</p>	
--	---	--

#### 4. 野外緊急救護基本步驟？（重點式）

##### 活動二 不要在我的傷口灑鹽—傷口處理（共 1 小時）

#### 壹、 引起動機

\* 提問：在野外，有可能會遇到哪些受傷的情形？

#### 貳、 主要活動

##### 一、 傷口類型

1. 外傷(擦傷、撕裂傷、切割傷、穿刺傷等)
2. 鈍挫傷、皮下血腫
3. 動物咬螫傷

##### 二、 外傷包紮法（20 分鐘）

**穿刺傷**案例：小明被鋒利的樹枝插進了手臂裡，要以生理食鹽水或清水**沖洗**傷口，以紗布(乾淨的布**包紮**)，樹枝插很深，千萬**不可拔除**，以三角巾(或者布)**固定**後，**盡速送醫**，每 5 分鐘**觀察**一次患者的生命徵象。

\* **步驟口訣：沖洗-包紮-不拔除-固定-送醫-觀察**

##### 三、 鈍挫傷、皮下血腫（5 分鐘）

**皮下血腫**案例：小明走路沒看路，結果膝蓋撞到路邊的石頭，因此膝蓋開始腫、痛、瘀血。原則以冰敷消腫，並且注意是否有其他骨折、神經受損等狀況。

##### 四、 動物咬螫傷（15 分鐘）

\* 說明：台灣地區常見且咬傷較嚴重的路上毒蛇 6 種，

包紮法，學校健康課有教，所以選用學校比較沒教到的來進行案例教學並操作。

使用案例教學法，學生更能進入狀況。

老師示範後，分組練習 5 分鐘。

老師示範後，請學生念熟步驟口訣，加深印象，再進行練習。

皮下血腫可快速講過，提點應注意的事項即可（學校有教）。

百步蛇、龜殼花、赤尾青竹絲、雨傘節、眼鏡蛇、鎖鏈蛇，分別會出現出血性(凝血)、神經性(抑制呼吸)、混合性症狀。

**蛇咬**案例：小明在久美攔沙壩附近的草叢被蛇咬到了，沒看清楚是什麼蛇，就在附近的小凱該怎麼處理呢？

### 老師講解與示範

(一)原則：5不

1. 不要局部切開傷口，避免傷口惡化，造成死亡。
2. 不要延誤就醫。
3. 不要吸吮傷口
4. 不要冰敷
5. 不要酒、茶、咖啡

(二)處理流程

#### A. **觀察**環境

1. 蛇長什麼樣子？記錄下來，幫助辨別需要的血清素。
2. 是毒蛇嗎？不確定的話以毒蛇方式處理。

#### B. 給予動物咬傷處置

1. **包紮**：以彈繃由近心端包向遠心端。
2. **安撫**：請患者保持冷靜、減少活動，避免血液快速流動。
3. **卸除**：卸除戒指、手錶、手環等，避免傷口腫脹時

如果可以，針對學童需簡單說明出血性和神經性的差別。

可請學生演示案例。

此部分由老師搭配演示學生講解示範，再請各組演練

影響血液循環。

4. 標示：若有腫脹，可以標示腫脹位置。

\* 步驟口訣：觀察-包紮-安撫-卸除-標示腫脹處

C. 盡快送醫（知識性）

1. 氧氣：神經性毒蛇咬傷，有可能會抑制呼吸，盡快於8-12小時內送醫，若呼吸困難則強制給氧。

2. 姿勢：咬傷處維持要低於心臟，患者不要亂動。

參、發展活動（20分鐘）

分組練習（先練蛇咬案例演示及處理；完成組別再練穿刺傷處理），由主教老師確認每組做到指定動作。

活動三&四 背對背擁抱--傷患搬運（共30分鐘）嵐云

一、主要教學：徒手搬運法（老師示範操作）

1. 單人攙扶      2. 背負法：扁帶協助

3. 雙人攙扶      4. 肢端搬運

二、分組操作

(一) 二人操作背負法、單人攙扶

(二) 三人操作雙人攙扶、肢端搬運

提前練習完的組別，可提前進入活動三&四

\* 因失溫處理需要的外帳不足（也不建議多帶）、老師一個人也不好進行多組教學，因此分組進行活動三&四。

考量一般民眾不會隨身攜帶、搬運毯或長背板，因此在環境評估需移動患者時，才實施此徒手搬運法

活動四 & 三 溫暖你我他--失溫處理 (共 30 分鐘) 宛儒

一、 失溫判別

- 1.發抖
2. 臉色蒼白
- 3.反應遲緩
- 4.神智不清

二、 失溫處理 1

1. 觀察：環境是否安全？
2. 包覆褲褲 (垃圾袋)。
3. 由外至內：外帳-睡墊-睡袋-(鋁箔紙、暖暖包等)失溫者。

\* 包覆要點：外帳盡量不要有皺摺。

三、 失溫處理 2(風大環境)

\* 1、2 項同失溫處理 1

- 3.由外至內：睡墊-睡袋-(鋁箔紙、暖暖包等)失溫者。
- 4.待第 3 項備妥，最後才進行外帳包覆。

四、 暖暖包 (團體保暖法)

1. 觀察：環境是否適合？
2. 此包覆法為暫時停留休息，保暖方法。
3. 使用外帳包覆法。

統整活動-野外求生學習心得分享 (20 分鐘)

-----本堂結束-----

需準備 1 睡袋、1 睡墊、1 大垃圾袋、1 帳篷外帳、1 失溫者

一組派一位同學做分享

----- 本 堂 結 束 -----

-----