

# 居家安全照顧與救護

(幼兒預防疏失行動)



**居家安全**

**生活中的危險**

**大多可以避免**

# 講師介紹

## 彭昭泰(泰哥)



任職：

- 元培醫事科技大學 健康休閒運動管理系 兼任講師
- 中華民國紅十字會 高級急救教育教練
- 中華民國急救推廣協會 基本救命術指導員
- 校園 愛滋病/菸害 防治宣導 種子教師
- 健康園藝師
- 預防及延緩失能 指導員
- 教育部 樂齡核心講師
- 交通部 路老師



(彭泰哥)

# 意外？意料之外？



想想看，意外的成因可能是什麼？要如何預防問題發生？

# 不安全的行為

What is "FEAR" ?

如酒醉駕車、天候不良冒險入山、飆車、從高處跳下等.....



好孩子別亂學!!  
不是人人都可以騎熊...

**甜蜜家庭保護我**

**風雨再大也不怕**

**居家安全**

**兒童預防疏失行動**

# 兒童10大意疏失行為

## • NO 1 嬰兒趴睡猝死

- 許多家長希望寶寶頭形較美觀，因而讓寶寶趴睡。原來這個行為極危險。
- 1歲以下嬰兒應該仰睡，趴睡、側睡都不安全，可以選擇較硬的床墊，也不建議跟其他人同睡。



# 兒童10大意疏失行為

## • NO 2

### 兒童未使用安帶及安全座椅

- 兒童乘坐汽車，應坐在後座，嬰幼兒需正確使用安全座椅，四歲以上兒童須使用安全帶。



# 兒童10大意疏失行為

## • NO 3 兒童誤食藥物

- 藥品放置處不當，能讓孩童輕易拿取。
- 避免兒童能夠輕易打開、拿取及誤食。



# 兒童10大意疏失行為

## • NO 4

### 營養不良及未施打預防接種疫苗

- 照顧者應該按時代孩童施打疫苗
- 並提供適當的營養餐食





# 兒童疫苗接種時程懶人包



出生後

第1劑  
B肝

第2劑  
B肝

第1劑  
五合一

第1劑  
肺炎鏈球菌

第2劑  
五合一

第2劑  
肺炎鏈球菌

1劑  
卡介苗

第3劑  
五合一

第3劑  
B肝

初次2劑  
流感疫苗

24小時內

1個月

2個月

4個月

5個月

6個月

第1劑  
麻疹

第1劑  
水痘

第3劑  
肺炎鏈球菌

第1劑  
A肝

第1劑  
日本腦炎

第2劑  
A肝

第4劑  
五合一

第2劑  
日本腦炎

第2劑  
麻疹

1劑  
四合一

1歲

1歲 ----- 1歲3個月

1歲6個月 ----- 1歲9個月

2歲3個月

5歲至國小前

流感疫苗 每年1劑

# 兒童10大意疏失行為

## • NO 5

### 勿暫留幼兒於浴缸避免意外溺水

- 照顧者必須注意勿獨留6歲以下小朋友在浴缸、浴盆中。



# 兒童10大意疏失行為

## • NO 6

### 誤食異物及不安全的玩具

- 不可以讓孩童隨意地拿取可以放進口中的異物。
- 要選擇有合格標章且適齡的玩具。
- 要遵守正確的遊玩方式。





Baby's talk  
寶寶照護10

# 如何挑選安全玩具？



圖文創作：健談 havemary.com  
專家諮詢：禾欣診所 吳善毅醫師



避免尖銳、破損的玩具，以免受傷



聲光玩具應注意音量，以免損害聽力



玩具飛鏢前端要有保護材質，以免誤射傷人

陪孩子玩耍，  
是確保安全的好方法喔！



留意易脫落的小物件，避免窒息風險



避免讓孩童獨自玩有細繩的玩具，以免勒頸

選購玩具可認明  
「商品檢驗標識」或  
「ST安全玩具標章」



更多資訊請上 健談 havemary.com

# 兒童10大意疏失行為

## • NO 7

### 遭窗簾拉繩勒住

- 窗簾拉繩一定要收好。
- 可以使用收線器把拉繩收好，避免意外發生。



# 兒童10大意疏失行為

## • NO 8

### 兒童不慎自屋內墜落



- 勿讓孩童在陽台、窗台附近或頂樓嬉戲。
- 不讓孩童單獨的留在家中。
- 不讓孩童長時間的離開大人的視線。



# 兒童10大意疏失行為

## • NO 9

### 兒童游泳戲水溺斃

- 勿讓孩童獨自在泳池中嬉戲。
- 不讓孩童離開大人的視線。
- 隨時注意孩童動向。



6歲兒溜進「成人泳池」減頂溺斃  
媽媽只顧滑手機、聽救人聲見狀心碎



# 兒童10大意疏失行為

## • NO 10

### 兒童不慎燙傷

- 照顧者烹煮餐食，要注意孩童動向
- 如果可以避免讓孩童進出廚房。



甜蜜家庭保護我

風雨再大也不怕

居家安全

家裡常見的問題



# 居家熱水器CO中毒危險度

如果有危險，一定要儘快改善喔！



屋外式瓦斯熱水器  
安裝在室內

很危險



屋外式瓦斯熱水器  
安裝在窗戶緊閉的陽台



陽台晾曬大量衣物

危險



瓦斯熱水器安裝在  
加裝窗戶的陽台

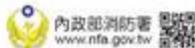


加裝窗戶的陽台安裝  
強制排氣式瓦斯熱水器

安全



屋外式瓦斯熱水器  
安裝在開放的陽台



# 打開生命之窗 防範一氧化碳中毒



請保持  
空氣流通

有效防範一氧化碳中毒，確實遵照「5要」原則



**要保持環境的通風**  
避免陽台連建使用、加裝門窗、紗窗不潔及晾曬大量衣物情形。



**要使用安全的品牌**  
熱水器應貼有 CNS (國家標準) 及 TGAS (台灣區瓦斯器材工業同業工會) 的檢驗合格標示。



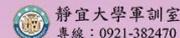
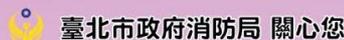
**要選擇正確的型式**  
室內通風不良場所應安裝密閉或半密閉強制排氣型；通風良好或屋外應安裝屋外或開放型。



**要注意安全的安裝**  
由合格技術士依安裝標準安裝。



**要注意平時的檢修**  
熱水器應定期檢修或汰換，如發現有水溫不穩定現象或更換組件時，均應請合格技術士為之。



一氧化碳中毒時，  
會出現這些症狀！

頭痛

頭暈

喘不過氣

一氧化碳(CO)中毒症狀

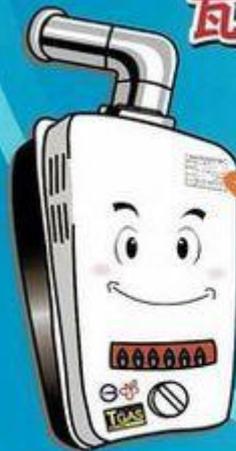
hehō

空氣中一氧化碳濃度 (%)

0.02%	2-3小時，前頭部會輕微的頭痛
0.04%	1-2小時，前頭痛、嘔吐 2.5-3.5小時，有後頭痛
0.08%	45分鐘，會頭痛、嘔吐、暈眩 2小時就會意識不清
0.16%	20分鐘，會頭痛、嘔吐、暈眩 <b>2小時就會死亡</b>
0.32%	5-10分鐘，會頭痛、暈眩 <b>30分鐘就會死亡</b>
0.64%	1-2分鐘，會頭痛、暈眩 <b>15-30分鐘就會死亡</b>
1.28%	<b>1-3分鐘就會死亡</b>

瓦斯燃燒通風好

居家安全才可保



應由合格技術  
士於安裝後，在  
熱水器貼上施工  
標籤！



更換為  
強制排氣式熱水器



更換為電熱水器  
或太陽能熱水器



遷移時要換  
熱水器至屋外

一氧化碳中毒防範記 4要

- 1 居家環境「要」通風
- 2 商品檢驗「要」標示
- 3 安裝室內「要」強排
- 4 安裝人員「要」證照

「燃氣熱水器 & 一氧化碳中毒」相關資訊



1



立即打開門窗  
讓空氣流通

2



不要碰觸室內任  
何家電的開關

3



將中毒者移到通風處  
鬆解衣物並抬高下顎

# 一氧化碳中毒急救

heho

f Heho健康

4



若無呼吸應立即  
施以人工呼吸

5



若無心跳應立即  
施以心肺復甦術

6



盡速撥打119求助

# 居家安全小撇步



- 浴室地面全部鋪上防滑墊(或防滑貼紙)，平時浴缸內不儲水並貼防滑片，以避免兒童滑倒，並隨時保持通風狀態。
- 傢俱的尖角應以軟質護角包覆，也可使用不穿的衣服墊肩固定於桌角，以防止兒童碰撞到尖物。
- 桌上不放置桌巾，如有桌巾應使用重物(如玻璃)固定，使其不能隨意拉動。
- 不使用的插座應加護蓋，以防兒童玩弄而導致觸電。
- 提供熱源電器(如熱水瓶、微波爐、烤箱、電熨斗、電熱器等)及電風扇置於幼童無法觸碰的地方或加裝有防護設施。
- 浴室、廚房設有阻擋幼兒進入的門或安全防護欄。

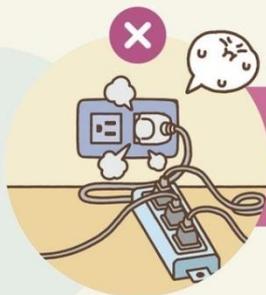
● 保持警覺  
● 學習應變

就能保護  
自己與家人



# 用電安全防火災

謹記五不一沒有



用電不超過負載



插座不潮濕污損



電源插座不常插



電線不捆綁折損

20年老舊電線應更換



電器旁不放物品



不使用沒有安全標章電器



預防電器火災

預防電器火災的小常識  
你知道嗎?

# 五不 一沒有



f 內政部消防署 的居家防災小常識

電器周圍 **不** 放可燃物!



電線 **不** 網綁!



用電 **不** 超載!

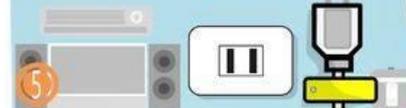


插頭 **不** 潮濕污損!



沒有安全標章商品  
**不** 買 **不** 用!

電源插座 **不** 用 **不** 插!



平時養成用電好习惯不但環保少耗电还可以防火呢^^



漏電預防、  
三點不漏

1.



電線不纏繞



不破損



不裸露

2.



3.



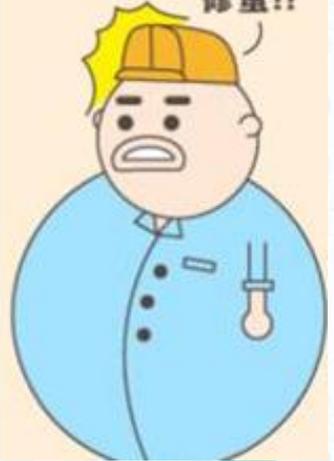
居家用電

插頭不是這樣拔的!

趕緊出門!



修蛋!!



# 燒燙傷處理步驟



燒燙傷口，一定要儘快以下列五個步驟來處理。



以流動的清水沖洗傷口15至30分鐘，若無法沖洗傷口，可用冷敷。



在水中小心除去或剪開衣物。



冷水持續浸泡15~30分鐘。



燒燙傷部位覆蓋乾淨物品。



趕緊送醫院急救、治療。

# 事故傷害處理要點



請勿移動傷患  
否則:

- 在多起不同程度的傷害中判別處理的優先順序
- 處理主要原則為「減輕傷害的嚴重程度」

# 事故傷害 緊急處理步驟



初步評估與處置：  
評估意識與維持生命

無立即危險

有立即危險

再次評估與處置：  
適用無立即性危險  
的外傷傷患



盡速尋求支援或送醫



持續觀察並記錄傷者變化  
供醫護人員參考



# 初步評估與處置

## 評估意識與維持生命

### 步驟一

迅速觀察周遭環境，**確認安全**無虞，並**保護自身安全**，如戴手套，避免遭到感染

### 步驟二

依「**叫叫CD**」原則評估傷患，若有需要，立即進行CPR意識是否清醒可依「**清、聲、痛、否**」原則評估

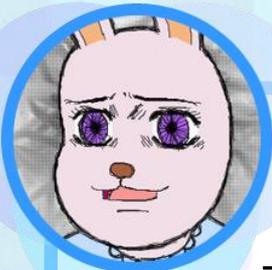
### 步驟三

檢查是否有**大出血**，儘速**止血、預防休克**



下個步驟是...

# 再次評估與處置 適用無立即性危險的外傷傷患



## 1. 看一看

傷病患是否有焦慮及痛苦表情，不尋常的呼吸、膚色、瞳孔、傷口、出血、分泌物、肢體的變形或腫脹等。



## 3. 聞一聞

傷病患是否具有呼出來的氣味或其他異味等。



## 2. 聽一聽

傷病患是否有渾濁呼吸聲、呻吟聲等。



## 4. 摸一摸

傷患的體溫、脈搏並從頭到腳，做對稱式觸摸，了解身體是否有骨折、出血或腫脹等狀況。

# 儘速尋求支援或送醫

向119求援，以獲得支援，求救時可提供評估資訊。此外，不要急著掛斷電話

我請放心，  
我會教你，  
怎麼做





## 非緊急傷病患 請勿使用救護車

- 經常性酒醉路倒  
無明顯症狀者。



- 交通事故明顯輕傷者。



- 經救護人員評估顯非緊急傷病患(如牙痛)  
申請緊急救護者。



## 救護資源有限 請勿不當使用救護車

- 傷病患送達急救責任醫院後，  
逕至門診就診者。



- 指定送往非就近適當之急救  
責任醫院或醫療機構者。



## 把救護資源留給 最需要的人

⊕ 緊急救護辦法第3條規定：

- 因災害或意外事故急待救護者。



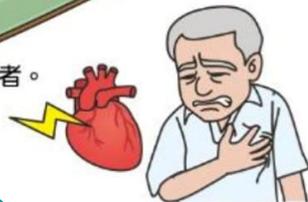
- 路倒傷病無法行動者。



- 孕婦待產者。



- 其他緊急傷病患者。



# 消防署



# 119 報案專線

緊急救護服務



緊急救護服務是24小時全年無休的公共服務資源，為了您或您身邊的親人有緊急需求時能第一時間報案並提供所需的資訊，讓我們來了解一下，哪些時候我們應該趕快撥打119報案專線，另外在報案過程中又有哪些要領要注意呢。

## 什麼時候應該儘快撥打119 申請緊急救護服務？

**頭**

劇烈暈眩、  
頭痛或明顯  
外傷。

**臉**

發麻或動不了、  
微笑時扭曲、語  
言不清及說話困  
難。

**手腳**

單側沒力氣或無痛覺。

**腹部**

劇烈疼痛、吐血或血便。

**其他**

車禍或墮樓、大量出血  
、大面積燒燙傷、失去  
意識或暈倒不止等等。

**喉嚨**

異物梗塞、無法呼吸。

**胸部**

胸部或背部突然劇痛  
、喘不過氣或被壓住  
的感覺。

### 報案注意事項

- (一) 優先使用市內電話報案。
- (二) 清楚提供地點、傷勢或病況。
- (三) 請一人至大門口或巷口協助引導救護人員。
- (四) 依119人員的線上引導進行相關處置。

# 觀察七大生命徵象

- |       |                                 |
|-------|---------------------------------|
| 1. 意識 | 清A、聲V、痛P、否U                     |
| 2. 呼吸 | 12~20 min/次                     |
| 3. 脈搏 | 60~90 min/次                     |
| 4. 血壓 | 收縮壓 < 130 mmhg<br>舒張壓 < 85 mmhg |
| 5. 瞳孔 | 0.2~0.3 cm                      |
| 6. 膚色 | 發紅、蒼白、紫色                        |
| 7. 體溫 | 34°C < 36.7°C < 38°C            |

# SOS! 手機沒訊號怎麼辦?



任何廠牌、沒訊號、沒錢，只要有電的手機都可以撥打112為呼救專線

請撥0轉接警察局，撥9將會轉接消防局

# 119與112使用時機

## 119與112使用時機

	119	112
市內電話	✓	✗
行動電話	✓ (優先撥打)	✓
手機無SIM卡	✓ (轉接112)	✓
自身電信業者有訊號	✓ (優先撥打)	✓
自身電信業者無訊號，其他電信業者有訊號	✗	✓
周圍無基地台	✗	✗





SOS!

## 在山區不知道地點怎麼辦？

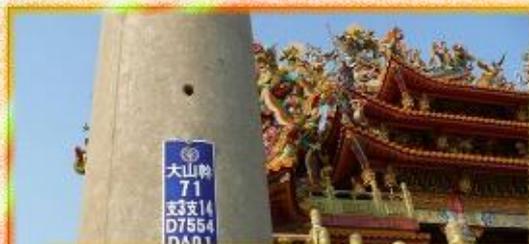
窮人GPS：  
認識電力座標，荒山野嶺的  
救人利器



架高配電箱基座下方一排  
白色英數文字就是電力座標



路邊常見的配電箱底座  
也有電力座標



新款電線桿上方有註記地名  
下方兩排號碼就是電力座標

# 持續觀察並記錄傷者變化 供醫護人員參考



持續觀察傷患的生命徵象，  
千萬**不要將傷患單獨留置現場**，  
應待醫療人員接手後，  
將**事故情況和已進行的急救措施**詳細轉達後再離開



# 牙齒斷裂如何處理

- 牙齒斷掉是一種常見的口腔意外，可能由跌倒、運動傷害、或是咬到硬物所導致。但別擔心，透過適當的應急處理和後續治療，大部分的牙齒損傷都可以得到有效的恢復。



楊悅牙醫  
YANG YUE DENTAL CLINIC

Dr. 許明翰 | 全口重建牙醫師

## 牙齒斷裂的種類

牙齒表面裂紋



牙齒缺一角



牙冠斷裂



碎裂至牙根

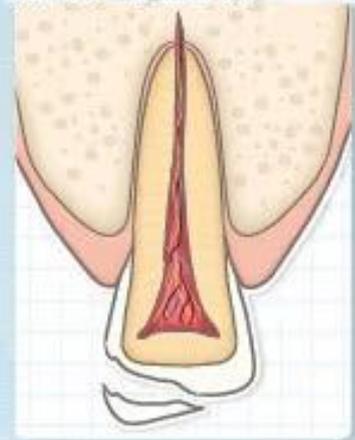


# 牙齒斷掉的應急處理

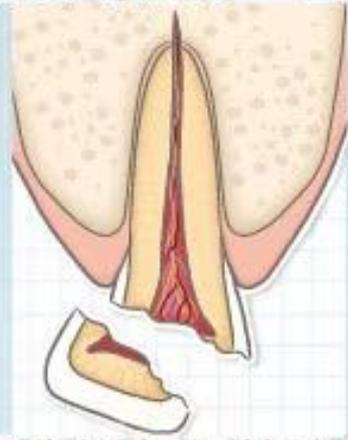
- **保持冷靜，收集斷牙**：如果可以找到斷掉或整顆脫落牙齒。清潔後將其浸泡在牛奶或生理食鹽水中，避免直接接觸乾燥空氣。
- **清潔傷口**：用溫水輕輕沖洗口腔，清除血液和碎片。避免搓揉傷口或使用尖銳物體清理。
- **控制出血**：使用乾淨的紗布或棉花輕壓斷牙處，幫助止血。
- **冰敷減腫**：將冰塊包裹在布料中，對著臉部輕輕敷在外傷處，可以幫助減少腫脹和疼痛。
- **緊急就醫**：儘快聯繫牙科診所或醫院，尤其斷牙部分若能在數小時內處理，重置成功的機會較大。

牙齒斷裂怎麼辦？

不傷及牙髓神經組織

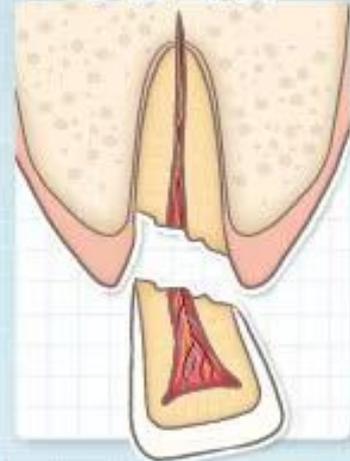


傷及牙髓神經組織



需先進行根管治療

牙根斷裂



可考慮

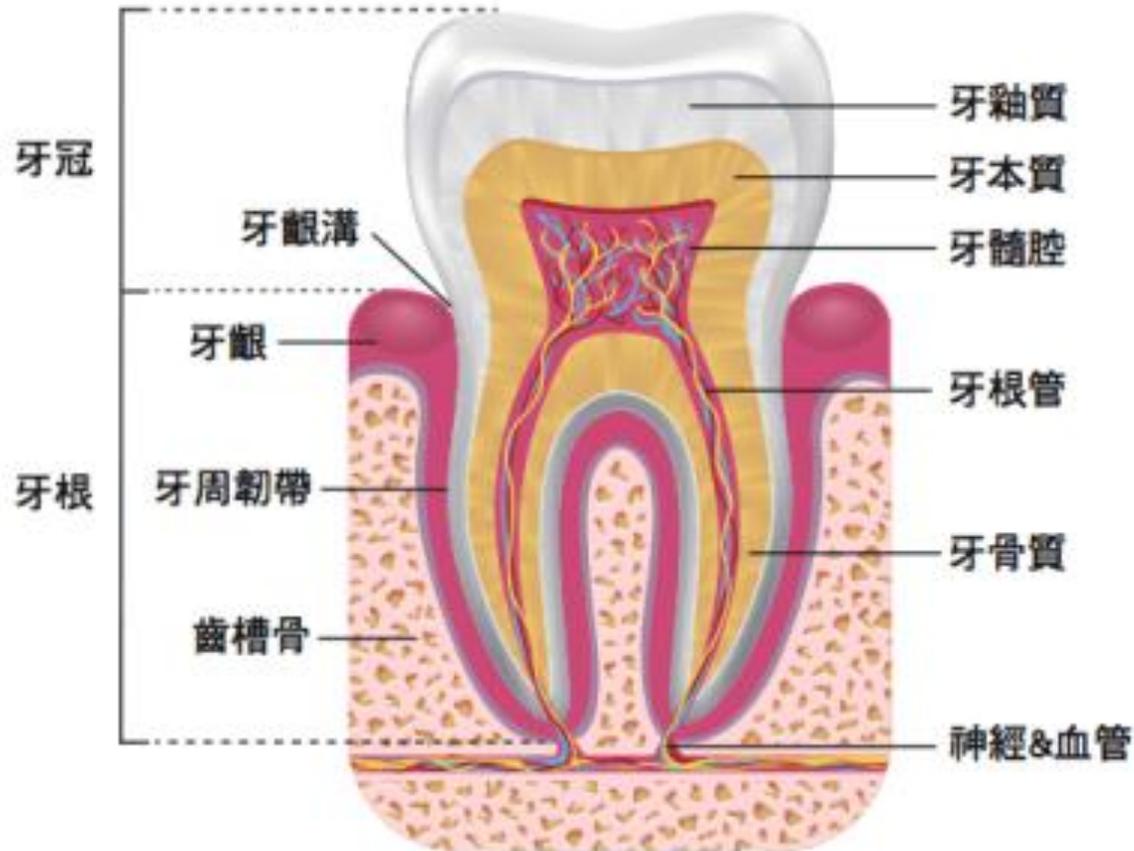
- a 斷裂碎片的黏著
- b 樹脂材料修補
- c 全陶瓷貼片修復

再考慮

- a 精細樹脂材料修復
- b 全陶瓷貼片修復
- c 全瓷牙冠修復

需拔除斷裂牙冠與  
殘留牙根，以免後續  
產生發炎、腫脹

# 何謂牙周韌帶



牙周韌帶又稱為「**牙周膜**」，位於牙根及齒槽骨之間，當牙齒咬合食物時，**牙周韌帶能提供緩衝力道**，防止牙齒受傷。

## • 牙周韌帶受傷

牙齒有浮動感、牙齒可輕微搖動





# • 牙周韌帶發炎成因

牙周韌帶發炎主要成因可分成2種：

**咬合力道過大**：例如食用堅硬的食物，或是習慣用力咬牙等，會讓牙周韌帶受到外力而發炎。

**細菌感染**：當清潔不佳或是免疫力低下，容易讓細菌侵入牙周組織，導致牙周韌帶發炎。



# 為何牙齒壓下去會痛？可能的3種疾病

	 蛀牙	 牙周韌帶發炎	 牙周病
外觀 症狀	牙齒黃 有孔洞、黑點	較難察覺	牙齦紅腫發炎、刷牙 流血、牙齦萎縮、牙 根暴露、有膿包
疼痛 症狀	牙齒敏感酸痛 進食、咬合會痛	牙齒有浮動感 牙齒可輕微搖動	咀嚼無力、牙齒晃動 位移、牙齒脫落且有 口臭
成因	清潔不佳 胃食道逆流	咬合力道過大 細菌感染	清潔不佳蛀牙、牙周 韌帶發炎未及時處理 長期吸菸



建議由牙科專業醫師診斷治療。

## • 牙周韌帶發炎治療方法

- 牙周韌帶發炎一般**不需要進行手術**，患者通常**服用止痛、消炎藥一週左右**，病情就會好轉，後續也須注意不要吃過硬的食物，讓牙齒好好休息，即可維持良好健康。不過若在初期沒有好好治療，很容易讓細菌侵入，演變成牙周病早期症狀，不可不慎。
- 患者如果在服用止痛、消炎藥一週後，仍然按壓牙齒會痛，務必安排回診請醫師查看。



# 嬰幼兒跌倒撞到頭怎麼辦

## 頭部外傷 你該注意！

頭部受撞擊後，若患者

意識不清

大片腫脹瘀青

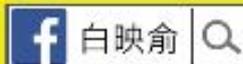
鼻子流血或清澈液體



有大片撕裂傷

骨頭凹陷

立即就醫



# 小孩撞到頭5大處理原則

前3天是重要觀察期



冷靜下來



檢查傷口



頭部休息



輕輕冰敷



密切觀察



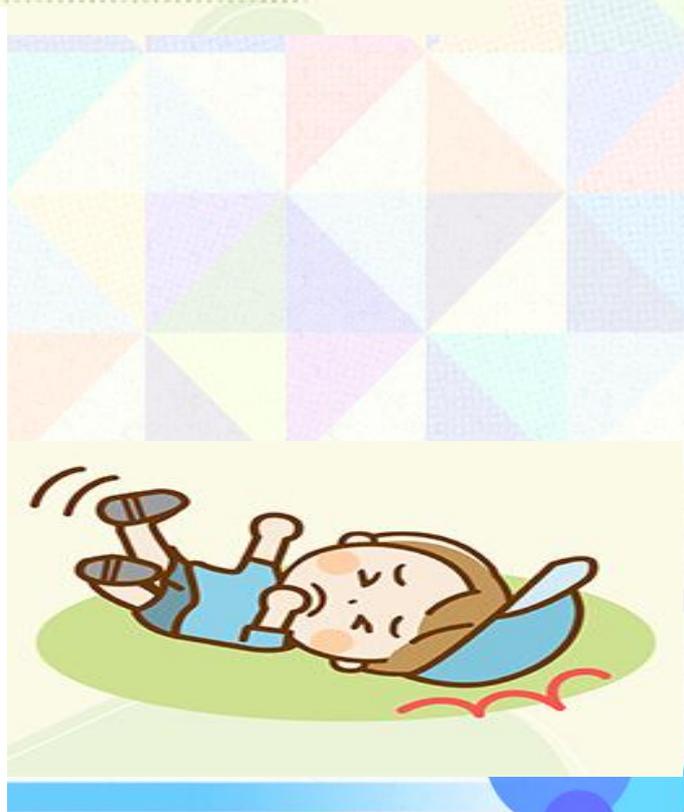
# 嬰幼兒撞到頭，把握 3 天黃金觀察期

## 出現 4 大症狀 要注意！

- ★ 意識是否清醒？昏迷？
- ★ 有無明顯外傷？（包括傷口、瘀青、血腫等）
- ★ 出現嘔吐、頭痛、嗜睡、走路不穩、眼神飄移？
- ★ 飲食及活動力是否正常？



@carloine.tw



# 須立即就醫情況

- ★ 意識逐漸不清楚（不容易叫醒或叫不醒）
- ★ 劇烈頭痛
- ★ 持續性嘔吐
- ★ 嘴角或手腳抽搐或癱軟



# 撞到頭腦出血不自知！

## 出現8種求救警訊快看醫生



意識變差、昏睡、昏迷



連續嘔吐



劇烈頭痛、頭暈、暈眩



視力變模糊、複視



抽筋、抽搐



意肢體活動困難、無力



呼吸急促



行為或情緒改變

早安  
健康

如果本身有心血管疾病或有心血管疾病家族病史，撞到頭更要提高警覺，千萬不能逞強。

# 如何預防嬰幼兒撞到頭？

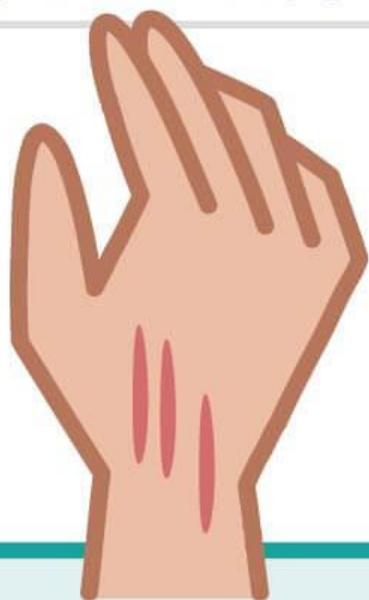
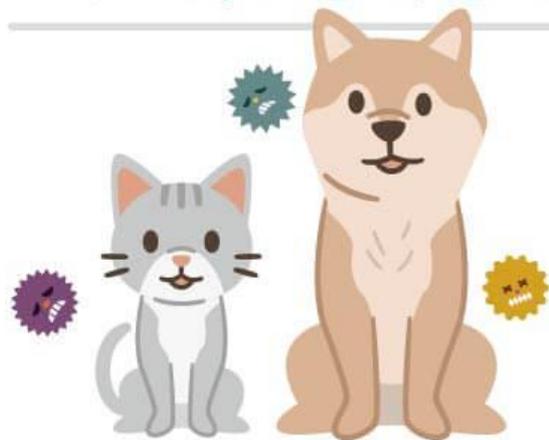
- 1 檢查居家環境
- 2 使用防撞護具
- 3 監督嬰兒的活動
- 4 避免過度搖晃
- 5 使用安全的嬰兒床
- 6 使用汽車安全座椅

父母需隨時留意  
嬰幼兒動向



# 被動物咬傷、抓傷怎麼辦？

醫教緊急處理，狂犬病致死率高別大意



Q 今健康

b 今健康

# 被動物咬傷、抓傷緊急處理。 狂犬病致死率約100%勿輕忽



**清水+肥皂**

大量清水  
沖洗15分鐘。



**生理食鹽水**

加強清潔、  
滲液沖乾淨。



**優碘或酒精**

消毒傷口，  
酒精濃度75%



**速打疫苗**

可至感染科、  
家醫科、外科等



- 出遊、登山記得**備妥醫藥箱**。
- 若被寵物咬傷，猶豫接種疫苗，  
可觀察、請飼主觀察寵物**十日**。



# 狂犬病致死率高有疫苗可治 被動物咬傷、抓傷不可大意！

## 疾病名稱

狂犬病，  
狂犬病毒感染。

## 傳染途徑

傷口感染。

## 常見宿主

部分哺乳類，貓、狗、  
鼬獾、白鼻心、錢鼠、蝙蝠、黃喉貂等。

## 潛伏期

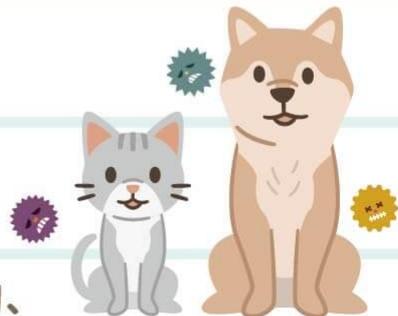
3-8周，視傷口位置、個人免疫力。  
此時無症狀、無傳染力、**可接種疫苗。**

## 相關症狀

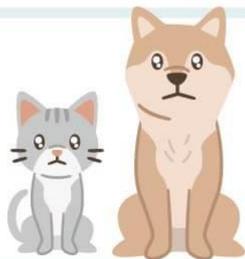
潛伏期後，**此時已危險**，  
異樣感、恐水症、神經錯亂、呼吸麻痺等。

## 致死率

未妥善處置、接種疫苗，  
**致死率約達100%！**



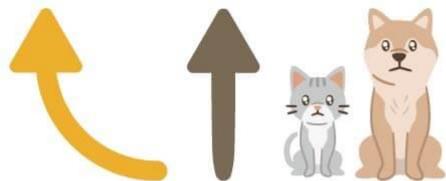
# 外出4觀念防狂犬病， 養成「不亂碰動物」好習慣！



避免接觸或餵食



避免可能蝙蝠洞



遇流浪繞道而行



疫區先接種疫苗

貓.犬.流浪較少有狂犬病,但也不可大意。



在家順，在外順，心順意順  
事業順，前程順，一順百順  
天地順，人情順，風調雨順  
現在順，將來順，一帆風順  
**祝福未來一切都順利**

