

中臺科技大學護理系-「生死一瞬間-CPR 闖關大作戰」

技能競賽活動計畫

- 一、活動目的：為提昇學生心肺復甦術(CPR)之能力與精確度，藉由趣味性的闖關競賽，設計五關 CPR 技術相關的關卡，以達到寓教於樂的目的，並提供學生相互交流與學習的機會。
- 二、競賽方式：由學生自行組隊參加，每支隊伍由 5 名學員組成(小隊長 1 名及隊員 4 名)，方式採團隊接力競賽。由主辦單位統一計時，以在最短的時間內，正確且完成五項關卡流程的隊伍判定之。
- 三、競賽時程：112 年 12 月 08 日(星期五)，13:30 至 16:30。
- 四、競賽地點：保健大樓 1 樓廣場
- 五、評分要點：本競賽以最新版本的 CPR 流程「叫、叫、壓、電」進行競賽，由主辦單位統一計時，以在最短的時間內，正確完成五項 CPR 的技術關卡判定之。如遇同時完成之隊伍，則進行同分 PK 賽，由主辦單位提出與急救課程相關的問題，由每支隊伍派一名代表進行搶答，以最快速度以及答出正確答案者勝出。
- 六、競賽獎勵：得獎名單於比賽結束成績評定後，當場頒布。

第一名：獎金 5000 元、獎狀乙紙

第二名：獎金 4000 元、獎狀乙紙

第三名：獎金 3000 元、獎狀乙紙
- 七、聯絡人/聯絡方式：護理系 楊小姐

04-22391647#7354

生死一瞬間-CPR 闖關大作戰

各關卡介紹

總共有 5 關關卡，請參賽同學自行分配各關卡負責同學，一個關卡派一位同學，不得重複。

第一關：叫---評估意識、呼吸

叫---呼叫求援

壓(C: compress)---胸外按壓。成功按壓安妮呈現綠燈達

100 次，可累計，但操作期間中斷時間不得超過 10 秒以上。

第二關：完成跳繩 100 下(途中中斷，可累計)。

第三關：A---打開呼吸道(airway)。

B---人工呼吸(Breathing)。對安妮進行人工呼吸，胸部成

功起伏達 20 次。

第四關：完成吹 3 顆氣球。

第五關：電(D: defibrillation)---正確使用傻瓜電擊器(AED)+成

功完成哈姆立克急救法 2 次

AED 使用口訣：

開(打開 AED 盒子，打開電源)、貼(將 AED 貼片貼在假病人的胸膛)、

插(將電極插入電極插孔)、電(說明須確認無人碰觸患者才可按下電

擊鈕)