

中國科技大學補助職員參加校外研習心得報告

本次參與由丁秀卿老師主講的《急救複訓》課程，收穫良多，不僅增進了我對急救基本原則的了解，也強化了我在面對緊急狀況時的應變能力與信心。

本次課程大綱如下：
一. 身體評估、急救步驟及一般急救原則。
二. 各種創傷的緊急處置-挫傷、拉傷、扭傷、異物刺入、腸子外漏、斷肢、胸部開放性傷口。
三. 止血方法
四. 常見急症-心肌梗塞、急性中風、低血糖、熱衰竭、熱中暑、癲癇
五. 成人心肺復甦術、電擊器及異物哽塞處理。
課程一開始從急救的初步評估（XABCDE）談起，讓我明白評估傷患的順序及重點，包括控制大出血、確保呼吸道通暢、維持呼吸與循環、檢查意識與瞳孔反應，最後還要注意防止失溫。這樣的系統性流程，有助於在面對緊急情況時不慌亂、能有條理地處理問題。

在實務操作方面，老師介紹了許多實用的急救技巧，如異物刺入的處理、開放性氣胸的包紮方式、以及常見急症如心肌梗塞、中風、低血糖、熱衰竭等處置方法。其中，我印象最深的是對於腦中風「黃金三小時」的重要性，以及中暑與熱衰竭在症狀與處置方式上的明確區別。這些知識不僅能應用在工作現場，也對日常生活中照顧親人、協助陌生人都有莫大幫助。

此外，課程也講解了CPR與AED的正確施作方法，如心肺復甦術的四口訣「叫叫C D」，並針對不同年齡與狀況（如嬰幼兒、異物哽塞、水中救援等）進行說明。透過案例模擬與詳細解說，若能及早施救，可大大提升病患的存活率。

總結來說，這次急救複訓不僅讓我重新檢視過去所學，也補強了許多未曾深入了解的部分。急救不只是專業人員的責任，更是每個人應具備的基本常識與社會責任。未來，我會持續精進急救知能，並將這些知識分享給身邊的人，讓更多人具備救人救己的能力。

備註：

一、研習心得報告請用電腦繕打。

二、研習結案報告請先上傳（校園入口網→其它類 E 化系統→研討會心得上傳），連同補助職員參加校外研習申請表、研習相關資料影本(4頁以上)及研習心得報告，並經主管簽章後，送人事室核銷。

報告人簽章	單位主管簽章	人事室主任簽章
年 月 日	年 月 日	年 月 日