

安全健康社區簡訊

心肺復甦法和自動心臟除顫器的應用

香港每年有超過6,000宗心臟驟停個案，而發生心臟驟停的人士每遲1分鐘獲施救，存活率下降7至10%。如果可以在三分鐘內使用AED拯救，患者的存活率可超過七成！因此，能夠學懂利用心肺復甦法(CPR)及使用自動體外心臟除顫器(AED)，就可以在必要時伸出援手拯救生命。

發現有人暈倒該怎辦？

緊記「擊活人心」五部曲

1 檢查患者是否人事不省

患者如對聲音及痛楚均無反應，便是人事不省



2 致電999要求旁人拿取AED

聽從調派後指引！



3 檢查呼吸

用10秒檢查患者胸部有沒有明顯起伏



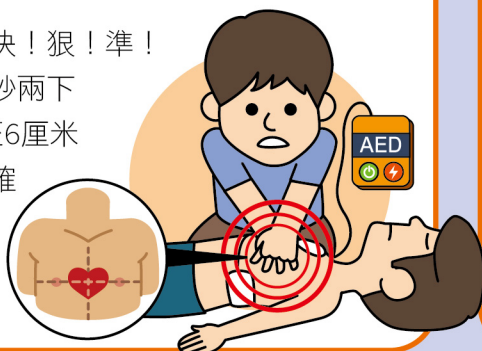
4 施行心肺復甦法

按壓口訣：快！狠！準！

快：速度一秒兩下

狠：深度5至6厘米

準：位置準確

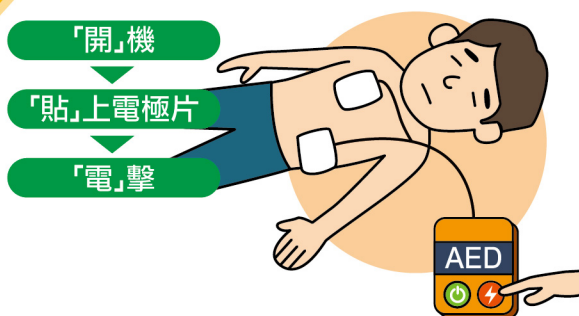


5 跟從除顫器指示

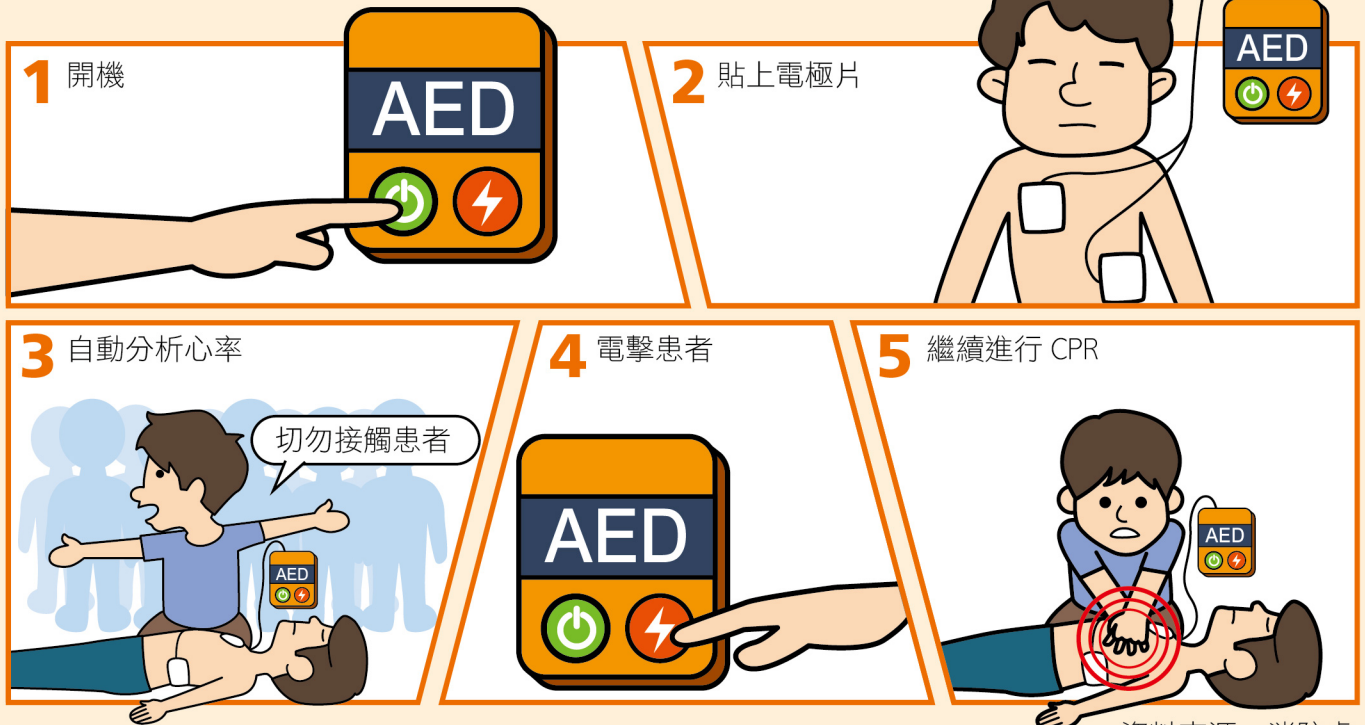
「開」機

「貼」上電極片

「電」擊



自動心臟除顫器(AED)五步驟



資料來源：消防處

「AED 睇得到 用得到」計劃



消防處聯同社會各界，將致力逐步增加香港各處可供公眾人士「睇得到 用得到」的AED數量，同時提升市民在遇上緊急事故時盡速使用AED的意識和能力，進一步保障香港市民的生命。與計劃相關AED的資訊，會上載到由消防處構建的「AED搵得到」網上資訊平台，以便市民得知在需要時可供使用AED的位置及詳情。



「AED 睇得到 用得到」計劃
www.hkfsd.gov.hk/aedpromotion

相關課程資訊：



(AEDC)應用心肺復蘇法
配合自動外置式心臟去
纖顫器

<https://bit.ly/AEDC>

借定唔借？為安全 一定借！

職安局和勞工處推出計劃，讓屋苑免費提供輕便工作台供在其管理屋苑範圍內工作的承辦商借用，保障工友安全，讓業戶及物管公司就物業內進行離地工程可以安心、放心。目前全港有近700個屋苑參與。

要搞高搞低做嘢？
記得問我哋借啦！



點解要用輕便工作台？
即睇實測短片

A字梯有幾危險？
(西瓜篇)



A字梯有幾危險？
(真人篇)

