

救生概說

壹、通則

- 一、救援者的安全為第一優先，以各項救援裝備施救為優先考量並立即尋求專業支援。
- 二、救生能力：救援人員應具備專業執照，熟悉各種水中救生技巧，萬一發生突發狀況能順利排除。另評估自身當下能力、體力及裝備器材是否足以應付。
- 三、人員防護裝備：實施水域救生前應先檢查各項救生裝備，並穿戴個人防護裝備，魚雷浮標、防寒衣、救生衣、頭盔、手套、防滑(膠)鞋等。
- 四、環境評估：任何搶救前都應先評估環境(天候、水域狀況、暗礁、礁岩、風力、浪潮汐…等)及施救地點是否安全。
- 五、暗礁區或航道：現場若屬暗礁區或水面船隻進出繁忙之航道，經判斷不適宜橡皮艇執行搜救任務，應要求權責單位進行船隻管制作業及支援適合船艇執行搜救任務，下水地點應選擇無暗流或流緩、浪小無海溝或水裡坡度緩降，無障礙物容易上下岸處。
- 六、岸際水域(海)：風浪影響安全：岸際海域救生，需注意風力、風向、浪高及潮汐等天候因素，尤須注意突發之天候變化，以

確保救援人員安全。

七、內陸水域（河、湖）：救生時，依現場救援情形，必要時配合繩索架設並繫上救生確保繩，配合岸上人員採取必要之防護措施，以維護人員安全。

八、初期判斷：現場不見溺者時，應先詢問有無目擊之人及落水位置、時間，判斷後由安全地方展開搜尋，並立即通報相關救援單位。

九、陸上器具救生：最安全之救溺方法儘可能採取陸上(岸邊)且器具(竹竿、繩索、魚雷浮標、救生圈、拋繩袋及絞繩機等)救生。儘量避免徒手展開救援行動，因徒手救生的危險性相當高，當待救者溺水時的掙扎行為對救者來說危險性大增，欲成功徒手救生必須要有很好的體能與智慧以及精良的技術，否則不得輕易貿然實施。

十、游泳救生：

(一)評估下水點：進行環境評估作業，先察看從何處下水較快、較安全，及從何處將溺者帶上岸較容易，應先預做判斷後，再下水搶救。

(二)避免逆游：在溺者平行或上游處下水時為佳，避免需逆游而上，方能靠近溺者救援。

(三)團隊救生：應 2 人以上下水救生為妥，必要時可穿戴蛙鞋協助游泳及救援帶人。

(四)器材救生：可配合使用救生圈、魚雷浮標等器材使用，效果較好也比較安全。

(五)溺者掙扎：游到溺者旁，眼睛必須注視溺者狀況，以適當方式接近，避免被掙扎之待救者干擾。

(六)岸上確保人員：游泳救援是非常危險的，除救者外，岸上其餘人員應隨時準備適時因應支援。

貳、救助步驟

一、發現近岸水域待救人員，如距岸 25 公尺內待救者意識清醒且可活動者，以拋繩袋等裝備施救，若需下水救援，水面應由具開放性水域救生員執照人員，著救生衣攜行魚雷浮標或救生圈，結合浮水繩下水施救。

二、岸上人員應隨時監控待救者與救援人員位置，並協助引導救援人員，同時完成救護準備，救援人員接觸並完成拖帶準備時，以浮水繩拉回救援人員及溺者。

三、溺者救援上岸後，初步救援步驟如下：

(一) 有意識

1、若有意識則採復甦姿勢，細切觀察生命徵象。

2、若呼吸不順暢，鼓勵溺者咳嗽，並觀察是否呼吸道阻塞情形。

(二) 無意識

1、依 CPR 實施要領急救，直至意識回復或救護車抵達現場後送傷患。

2、以專用擔架固定傷患後，由救護人員協助後送就醫。

3、搬運救起之傷病患，應注意下列事項：

(1) 搬動傷病患應注意避免新增傷害。

(2) 確保病患的舒適。

(3) 確保病患穩固繫牢。

(4) 短距離擔架搬運。

(三) 特殊地形的救援要訣

1、急流及險灘

(1) 確認拋繩槍可以發射繩索至少達 200 呎遠。

(2) 確認可漂浮的、堅韌的繩索至少 150 至 300 呎。

(3) 確認可擲的浮筒或救生圈，繩索至少 60 呎。

(4) 善用長背板及魚雷浮標。

(5) 備妥額外乾衣物，供救助與被救者保暖使用。

(6) 備妥現場廣播或喊話器、光線照明、詳細地形圖。

2、礁岩或消波塊

- (1) 救援人員須戴堅固頭盔，並以下頷帶固定，最好配有頭燈。
- (2) 救援人員須穿著堅韌、溫暖的衣服及手套。
- (3) 救援人員須穿著質輕、防水且能保護足部的鞋子。
- (4) 使用特殊不易磨損的攀岩用繩。
- (5) 視水溫狀況穿著防寒衣。

肆、環境危機風險評估

一、海灘環境危機風險評估：

- (一) 應在設有救生人員值勤的海域游泳，並聽從指導及勿超越警戒線；對已設有「禁止游泳」或「水深危險」等禁止標誌之區域更應避免接近。
- (二) 海邊戲水，不要依賴充氣式浮具（如游泳圈、浮床等）來助泳，萬一洩氣，無所依靠，容易造成溺水。
- (三) 海中游泳，基於海水是處於流動狀態，有海流、有波浪，與游泳池不同，故需要加倍的耐力及體力才能達到同等距離，所以不可高估自己的游泳能力，才不會造成不幸。
- (四) 嚴禁兒童單獨戲水，以免發生意外。
- (五) 不可在航道、港區、急流區、礁岩區及碼頭邊游泳。

- (六) 颱風來襲前後 2 天，由於海面風浪仍大，當海水浴場關閉或太陽下山後（夜間），不可強行進入游泳。
- (七) 處在浪區中，當大浪來襲時，不可正面去頂撞，應潛入水中避浪或借用浪的推力，以捷泳高速前進沖回岸邊。
- (八) 在海中，若有皮膚受傷出血情況，應立即上岸，因為鯊魚對於血腥味特別敏感，可能會遭到攻擊。若受到水母、海蛇等侵襲，應立即登岸治療。
- (九) 在海面遠方忽然傳來隆隆不停的聲響，且聲音越來越大，可能是海嘯即將來襲，所有人（包括水裡及岸上）應立即往高處逃生。
- (十) 若被海流捲到外海，應向岸上發出求救信號，保持體力及體溫，並察看周圍是否有可助浮的漂流物加以利用，等待救援。
- (十一) 若在太平洋沿岸有地震發生時，要特別注意氣象報告，收聽是否有海嘯的消息，最好近期內不要到海邊游泳。

三、河川、溪流、湖泊環境危機風險評估

- (一) 不可在已設有「禁止游泳」或「水深危險」等禁止標誌之區域戲水、游泳及從事任何水上活動。
- (二) 溪流水域深淺不一，水溫差別甚大，在坡度大的地區，常

暗藏急流及漩流，應特別注意安全。

- (三) 水底多為滑溜卵石，在水中行走，應注意免得滑倒。
- (四) 不要在水質不清或受污染的溪流中游泳；因為深潭、野塘、水埤等處，水質多不佳，深度不明，水底雜物多而屬泥沼地，若在該地區玩水，十分容易受傷或陷入泥沼無法自拔而喪命。
- (五) 在水庫下游從事水上活動時，要特別注意水庫洩洪資訊及時間，以免被困在沙洲或被水沖走。
- (六) 遇到大雷雨或地震發生時，應立即離水上岸，往安全處所逃避。
- (七) 若看到上游山區烏雲密佈或聽到上游傳來隆隆聲響越來越大或看到溪水變色，水面忽然上昇，這是山洪爆發前兆，應立即撤離前往高處逃生。
- (八) 若遇溪水暴漲，被困岩石上或在沙洲中，應保持冷靜，等待救援，或尋找一些可助浮且耐沖擊的東西，萬一被水沖走時，可將物品置於身體下方，以免身體直接被撞傷。
- (九) 若不幸被溪水沖走時，身體應採取仰姿保持腳在前、頭在後，以免頭被撞傷；看到前方水面有高浪，即表示水底有巨石，應設法避開，以免撞傷，如遇轉彎處，應游向內彎

緩流處，即可順勢上岸。

伍、參考資料

一、消防人員救災安全手冊

二、新北市政府消防局救助隊訓練教材

三、海巡署數位學習海岸巡防機關執行海上救難作業程序

四、中華民國運動訓練協會救生訓練教材

五、教育部 學生游泳能力 121 網站 <http://www.sports.url.tw>