

輔仁大學 109 年度高教深耕計畫

自主學習課程計畫

成果報告書

108 學年度第二學期

災難照護

授課教師： 傅 秀 雲

系所單位： 護 理 學 系

中華民國 109 年 7 月

目錄

指導成果說明	2
指導紀錄表(第一組)	14
指導紀錄表(第二組)	16
指導紀錄表(第三組)	18
指導紀錄表(第四組)	20
指導紀錄表(第五組)	22
學生自主學習計畫書(第一組)	
學生自主學習日誌 1	24
學生自主學習日誌 2	25
學生自主學習成果報告書	26
學生自主學習計畫書(第二組)	
學生自主學習日誌 1	33
學生自主學習日誌 2	34
學生自主學習成果報告書	35
學生自主學習計畫書(第三組)	
學生自主學習日誌 1	38
學生自主學習日誌 2	39
學生自主學習成果報告書	40
學生自主學習計畫書(第四組)	
學生自主學習日誌 1	47
學生自主學習日誌 2	48
學生自主學習成果報告書	49
學生自主學習計畫書(第五組)	
學生自主學習日誌 1	58
學生自主學習日誌 2	59
學生自主學習成果報告書	60
自主學習全班問卷統計表	67

輔仁大學教學卓越計畫—自主學習課程成果報告書

壹、課程實際規劃與說明

課程名稱：災難照護

開課期間：109 年 3 月 3 日至 109 年 7 月 07 日

授課教師：傅秀雲

系所單位：護理學系

一、課程目標

本課程透過學生自主規劃學習課程，強化學生自主學習、批判性與創意性思考的能力，引導其如何學習、如何思考，延伸學習內容，進而培養終身學習的能力，豐富專業學科學習、專業技能學習及職場見習等經驗。

二、學生由自主學習獲得之核心能力：

- 1.學生能發掘自我學習動機。
- 2.強化學生主動學習及自主學習能力。
- 3.學生有自主規劃學習課程之能力。
- 4.增進學生自主蒐集資料之能力。
- 5.訓練學生團隊分工及合作能力。
- 6.課程學理與實作經驗結合，精進學生災難照護之專業能力。
- 7.訓練學生整合性與批判性思考及學習成果展現之能力。

三、課程規劃：

- 1.課程主題：火災、地震、毒化災、風災、新興傳染病等救難照護。
- 2.課程內容：除了常見的天災外，本次課程內容加入毒化災意外事件與新興傳染病(如:Covid-19)大流行災難防護與照護因應。因大多數人並不熟悉毒化災害之緊急處理，但一旦發生毒化災害除了可能造成大量傷亡外通常也會導致複合型災害發生；因此，藉此自主多元學習機會，提升學生簡易毒化災基本救護能力，發揮緊急救護之功能，以降低因任何災難發生的損失。而事逢全球 Covid-19 大

流行災難之際，加強護生對此相關議題的照護知能判斷與防護策略更是刻不容緩的學習。

3.課程時間：

03/03 向學生告知自主學習計畫之實行辦法；

03/18 中午預約修課之學生討論自主學習企劃書可行性與聯繫場地空間資源學習等行政事宜；

04/28 - 05/19 四週課程時間，提供學生自主學習計畫之實行；

06/09 & 06/16 進行小組團體報告，展現團隊自主學習計畫之成果。

四、評量方式：

1. 專題自主學習小組報告：40%

(1)自主學習企劃書

(2)口頭報告

(3)任何形式之期末書面與海報或影片紀錄(書面約 2000 字)

2. 個人自選主題 PPRR 分析報告 + 期末課程自我總評值：30%

3. 桌上情境模擬演練與實務操作：20%

4. 出席成績：10%

五、預期成果(質化與量化說明)：

1. 量化：學生能呈現任何形式之書面與海報或影片紀錄自主專業技能學習及相關專業實務討論等歷程。

2. 質化：學生能分析和反思自己的災難健康照護之知能、技術與危機判斷。

貳、具體教學成果與評估

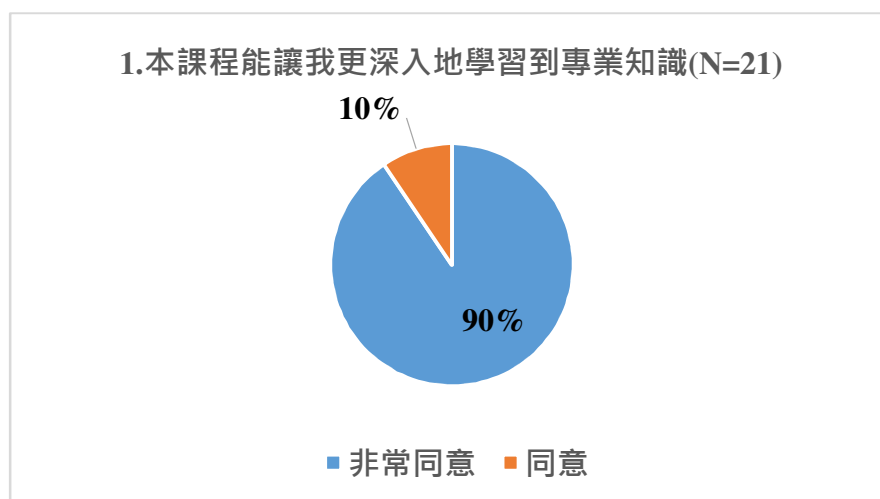
災難健康預防與照護是護理人員不可輕忽的課題。本計畫主要是培育護理學系高年級學生能獲得災難照護的知能、技術與危機判斷，並運用本校護理系 3C (Care, Concern, Compassion) 精神強化對災難照護的學習成效。課程內容包含災難定義、國家防災醫療體系、災難救護各期準備規劃、特殊災害的認識與應變、大量傷患處理流程、災難發生的檢傷分類、身體、心理、社會創傷的評估、以及社區災難應變之原則、災後防疫、創傷後壓力症候群及處理策略、災難救護實作、災難照護倫理、法源依據等緊急醫療救援知識。

設計有助於學生學習教材方面，本教師利用此課程重要危機管理模式 PPRR (Prevention, Preparation, Response & Recovery) 的概念架構，引導學生能針對災難情境作業，有更深入思考與撰寫。包含跨領域教學設計，如：「台灣災難醫療照護之父」石富元老師，百忙中撥冗親臨輔大，講授台大災難醫療救援隊(Disaster Medical Assistant Team, DMAT)的組織、角色與功能，主要是讓學生了解 DMAT 的各種緊急應變的流程、提供的相關教育訓練，如何隨時監測健康危機的發生。緊急狀況發生時，除依照規定啟動緊急應變流程外，整合各種緊急事件相關的醫療應變機制，例如：全球大流行病應(如: Covid-19)因應、緊急醫療網、大量傷患應變及災難醫療體系、毒化災及輻傷醫療體系等，協助衛生署緊急狀況指派的決策者，提供資料的蒐集、分析及相關資源狀態的最新資料，以供決策的參考，並且可以利用協調聯絡中心，將決策命令有效地傳送出去，還有如何監控後續的成效及執行情形。

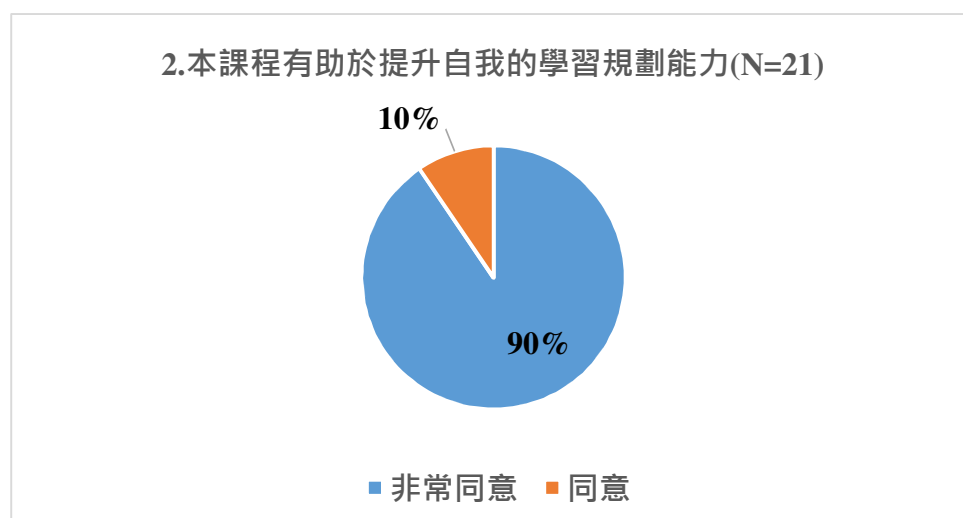
讓學生實務參與第一線到場人員之行動事項，並對 EMT 與醫療的配合有更深一層的了解是另外跨領域的重要學習。本教師因應疫情期間，安排業界知名防護衣製造公司的總經理林岳岡先生，蒞臨醫學院為我們 5 組(共 21 位)學生認識防護衣，並指導我們的學生從挑選合適的防護衣到實際演練如何穿脫防護衣，體驗第一線人員的辛苦，期盼學生在深入了解緊急醫療救護後，能加以統整並實際運用所學。本教師在這實務參訪的過程中，積極協助學生聯絡參訪單位、全程參與校外實務演練等行程，並協助所有活動紀錄，錄影與剪輯，分享學習資源。

在經營學生自主學習課程活動方面，於學期初即已製作 PPT 及海報向學生說明自主學習計畫之執行方式與國內、外相關重要的教學相關資訊連結，將此計畫之精神與操作模式告知學生，啟發其自主學習之動機。計畫過程中給予學生充分思考與討論空間，不主動提供制式化資源，引導問題解決的策略。協助學生之成果報告撰寫與努力展現最佳結果。對於進度落後之小組積極輔導，瞭解學生計畫進行困難之處，給予正向鼓勵。討論可能改變的操作模式，並努力協助學生解決問題。下述是學生學習量化的評估結果：

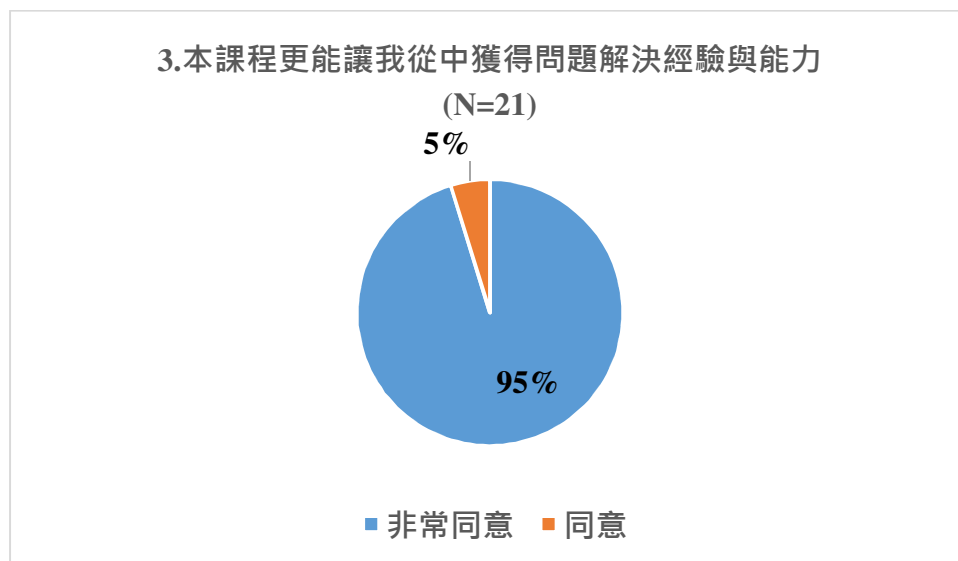
1. 經過課程學習後，100%的學生認同課程能給予災難照護專業知識，其中 90%的同學表示完全同意達到自我深入學習的效果。



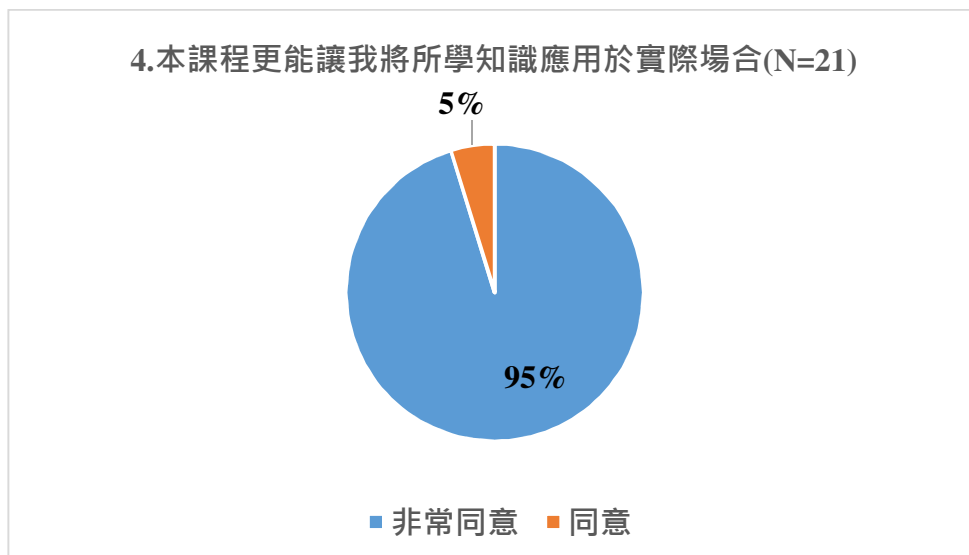
2. 經過課程學習後，100%的學生認同課程有助於提升自我學習規劃，其中 90%的同學表示完全同意能增進此項自我管理能力。



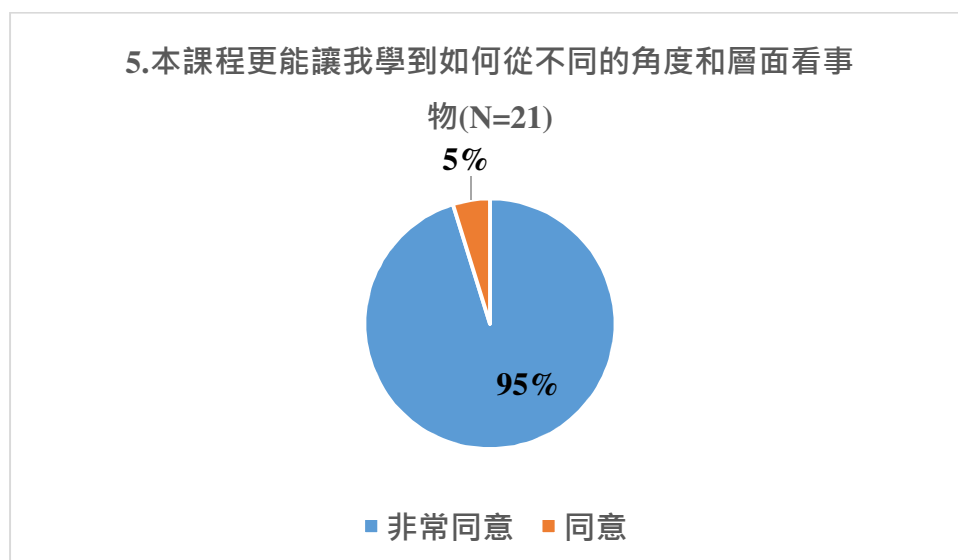
3. 經過課程學習後，100%的學生認同課程使自己獲得問題解決方法，其中 95%的同學表示完全同意能增進自我問題解決經驗與能力。



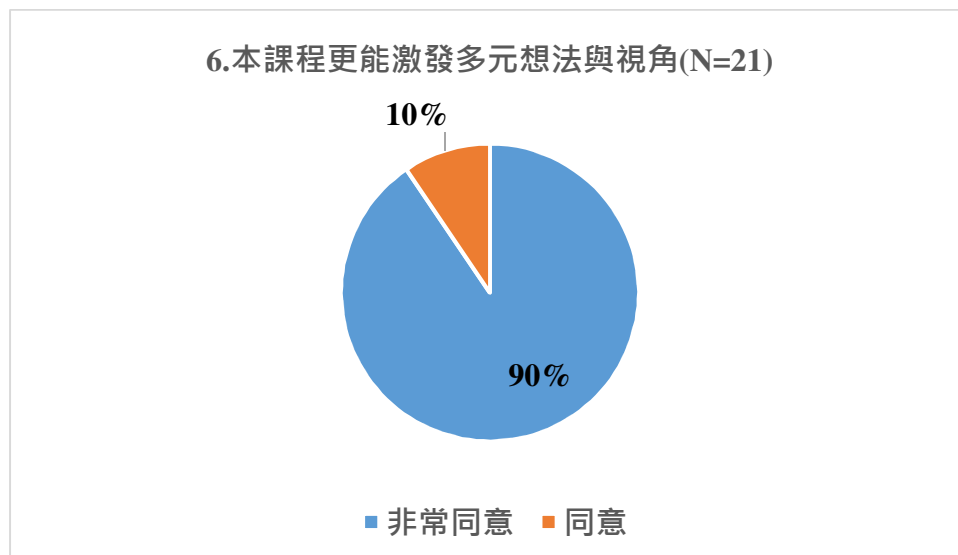
4. 經課程學習後，100%的學生認同課課程能夠運用在實際場合，其中 95%的同學表示完全同意此課程的災難健康實務照護之運用性。



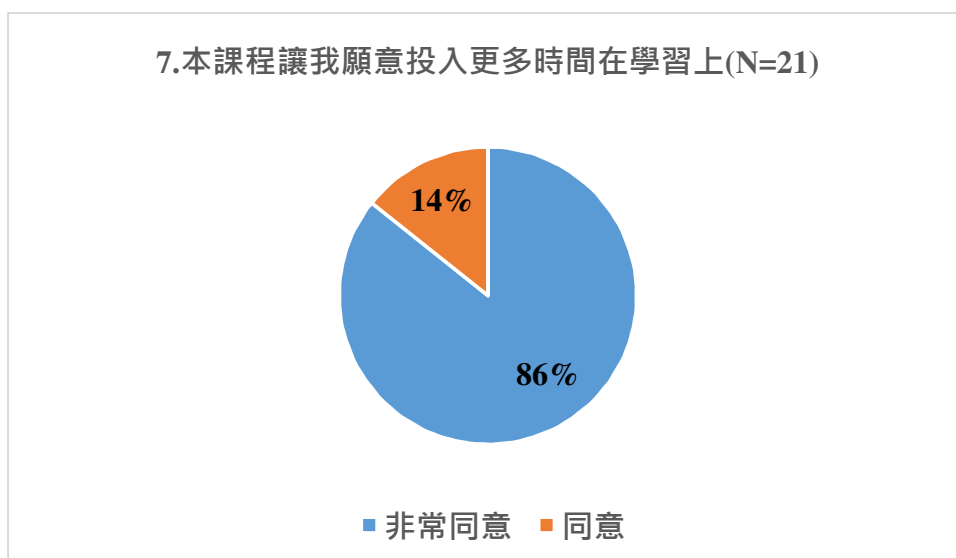
5. 經課程學習後，100%的學生認同透過課程能學到如何從不同的角度和層面看事物，其中 95%的同學表示完全同意自我見識的成長開拓。



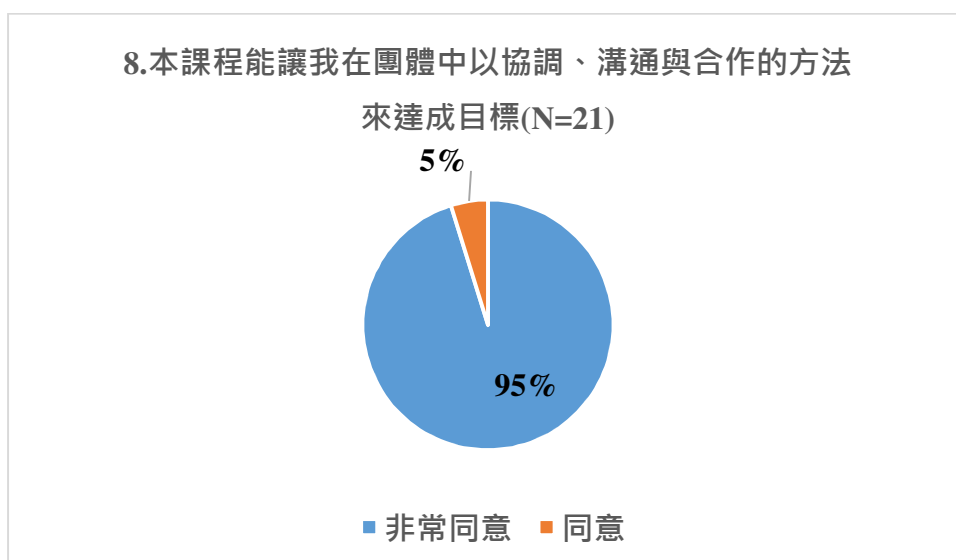
6. 經課程學習後，100%的學生認同課程激發多元想法與視角，其中 90%的同學表示完全同意增進自我創意性的能力。



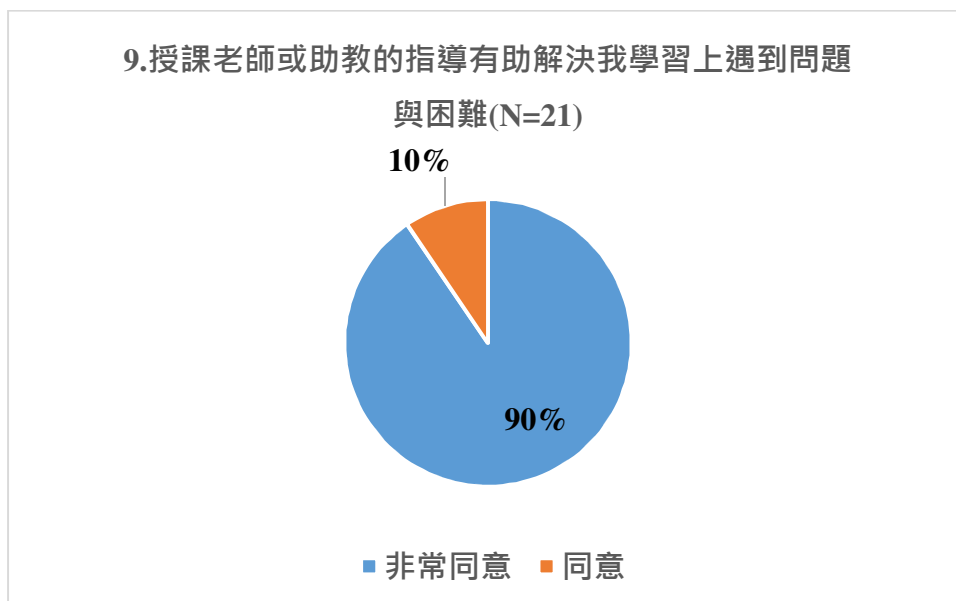
7. 經課程學習後，100%的學生表達願意投入更多時間在學習上。



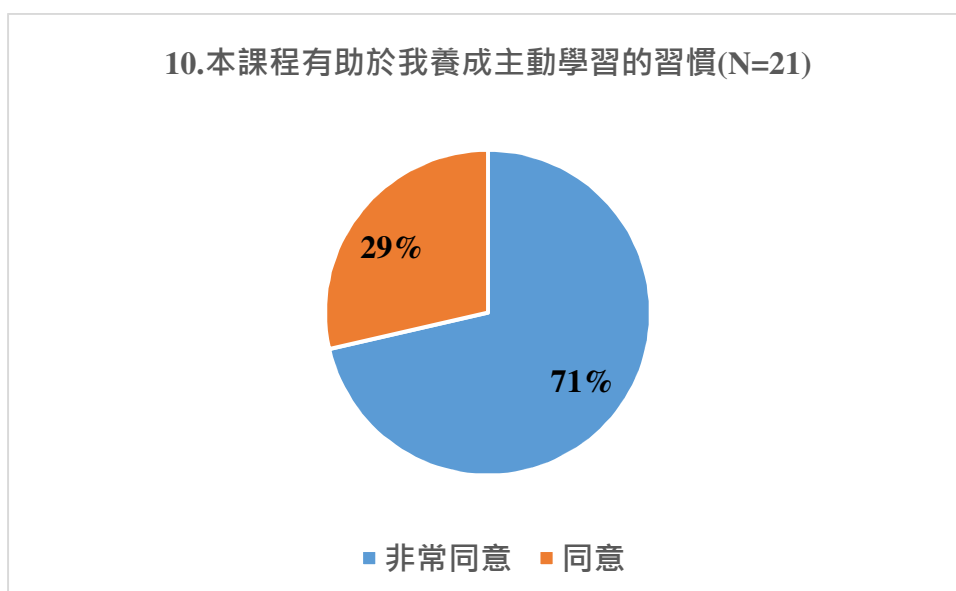
8. 經課程學習後，100%的學生認同在學習過程在團體中能以協調、溝通與合作的方法來達成目標。



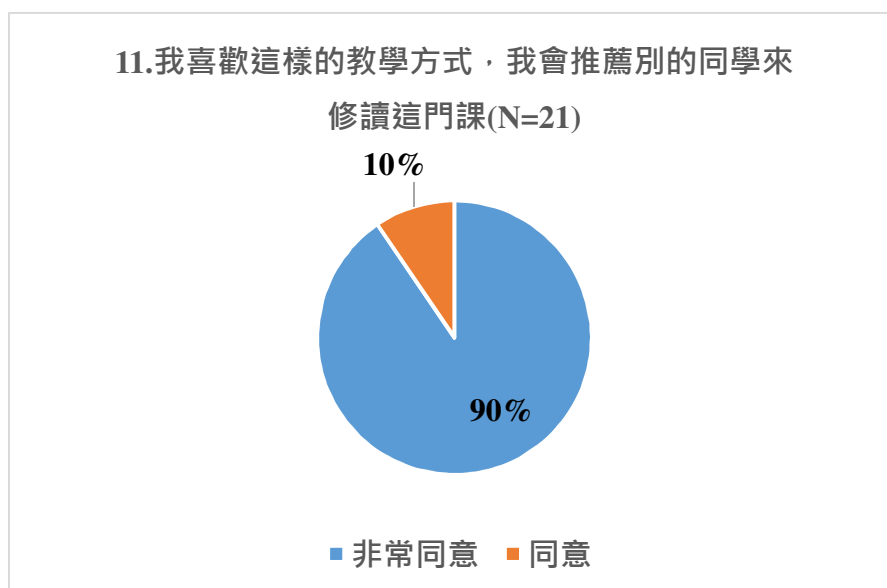
9. 在學習過程中，100%的學生認同授課老師或助教的指導有助解決學生學習上遇到問題與困難。



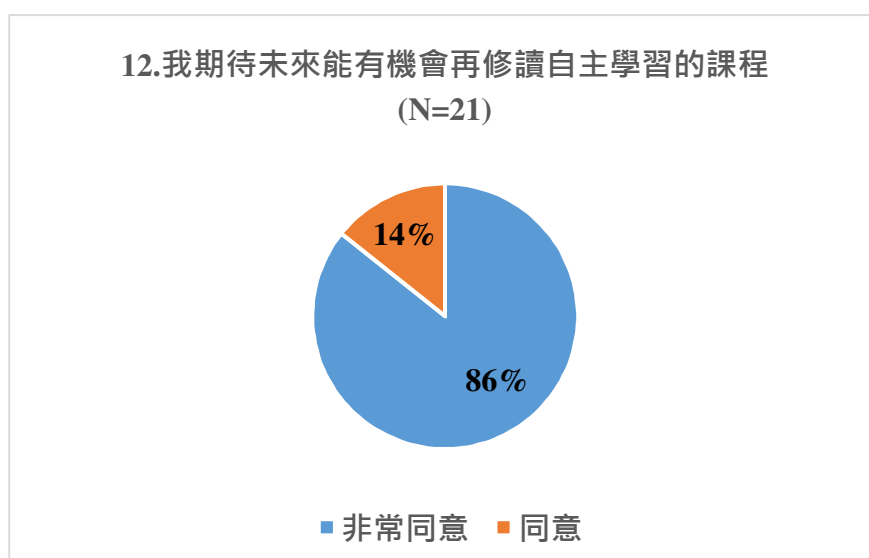
10. 100%的學生認同本課程有助於學生養成主動學習的習慣。



11. 100%的學生表示喜歡這樣的教學方式，並會推薦別同學來修讀這門課。



12. 100%的學生認同經本課程後期待未來能有機會再修讀自主學習的課程。



參、課程遇到問題與困難

此課程除了15週的課室教學(30小時)及個人期末作業報告(4小時)之外，本教師與教學助理共同參與學生的部份為災難照護自主學習計畫，包括介紹與五個小組個別三階段討論進行(24小時)，學生作業修訂(16小時)，加上實務參與跨領域課程前置作業(2小時)與課室社交距離安排，如：防護衣的認識與穿脫實務教學(4小時)。原預定安排五組(共21位)學生在上課與實習之外時間配合到社區進行民眾防災團體衛教，因受疫情影響無法親自到社區進行團體衛教，而以替代方案讓學生在學期末於課堂上將老師、學習助理與同學們當成社區民眾進行團體衛教(6小時)，驗收同學們努力一學期的成果，與最終的結案報告撰寫(16小時)等，頗有挑戰性。相較於過去學生可以將整學期經由每次討論、修改而準備的團體衛教內容，直接呈現給社區居民，這學期的同學應疫情關係無法更加了解到當專業知識要傳達給民眾時，需要更多技巧及互動的創意性展現。另外，此課程特色為跨領域專家指導挹注的必要性，課程規劃因 Covid-19 疫情影響，主題與實務參與因應變更、時間調動聯繫與空間管理等充斥著更大的不確定性與挑戰性。因此「課程品質效益」與「防疫行政事務管理」是這學期開課最大的時間投資與成本。當然，學生的自主能力提升與學習成效是教師們的最大教學成就，如何平衡在教學、研究、輔導與服務更是每一位輔大老師的挑戰。感謝教發中心深度理解課程現實操作上的困難，給予行政上最大的協助與支持。

肆、優秀自主學習組別(二組)推薦與原因

第一名：護理三甲 許雅琪、曾子菱、李育欣、李欣芸 (94 分)

這組同學能將上課內容結合自己的創意後學以致用，非常有效率地達到此課程要求之重要學習目標，因此對於團體衛教的內容頗有自己的構思並能付諸實行，為本學期學生中自主學習進度最快、按部就班的組別。且組員們對於其衛教內容熟悉外，呈現方式更具創意性，透過遊戲、問答等方式增進互動性，吸引聽者們的目光。除了主動積極參與自主安排的學習活動，所有相關的學習紀錄、作業與報告內容完整、創新有見解，學理與實務運用得當，PPRR 個人作業甚被選為佳作上台與同學們分享，追求完善的報告值得肯定。摘錄此組學生的學習歷程與心得如下：

「這門課程聘請了很多來自各界的專業老師為我們上課，讓這一學期的課程內容既豐富又有趣。」「這門課程讓我了解到所謂的醫療不僅僅是在醫院病房內，各種活動、

空中、甚至是突然在路上，都有醫護能幫上忙的地方，每位講師的分享，也讓我了解到每次救災背後的辛苦，這堂課我獲益良多，除了講師，我也很感謝老師，因為有老師辛苦地找來跨領域專家學者，我們才有如此豐富的上課內容。」

「根據 PPRR 理論，我們可以知道從充分的減災與整備工作，可降低應變階段的負擔；而迅速有效的應變，則能減輕災害的損失，減少復原或縮短重建工作；做好重建工作（如重建耐震高、結構好的新建築物），亦可以成為減災的一部份。上述四個階段彼此互相關連，形成一個良性循環的狀態，讓防災工作有完美的架構足以抵抗災難，每個環節都需要動員大量的人力及物力，我們就像其中的小小螺絲釘，微小卻鞏固著整個建築。」

「無論發生何種災難都會為人類帶來生命與健康的迫害，產生民眾生理、心理、社會等方面的問題，故災難發生造成人類健康的影響，與護理專業有密切的關係。災難護理是全方位的專業，需要有危機處理的能力，能在危機狀況時展現批判性思考與問題解決技巧，除了維護災民之生命安全，也須追蹤並調適災民的心理壓力，護理人員在災難中扮演許多角色，提供各種功能。」

「這次衛教的內容分成地震的成因及前中後的應變作法，如同課堂上所提及的 PPRR 概念，從充分的減災與整備工作，降低應變階段的負擔；而迅速有效的應變，則能減輕災害的損失，並減少復原或縮短重建工作；做好重建工作，亦可以成為減災的一部份。上述四個階段彼此互相關連，形成一個良性循環的狀態，讓防災工作有完美的架構足以抵抗地震災難，我們必須對於每個階段有所認知，就像建築物中的每塊磚頭、每條鋼筋，我們擁有越多應變知識，我們便越堅韌，地震災害來臨時，我們足夠撐起每個環節而無所畏懼，也期許自己能夠將這堂課程所吸收學習的應用在生活中。」

第二名：護理三乙 張琳儀、王育萱、林諭婷、黃郁珊 (90分)

這組同學非常認真，雖然從一開始團體衛教的主題確立花費較多時間，但在討論時此組的同學們都很用心，會主動詢問其教案內容的適宜性，並尋求老師與學習助理的意見，且能接受指導，將學習助理提供的方向與建議消化後重新整理出自己的東西，作業內容也力求完整，最後團體衛教時內容豐富且互動性佳，廣受老師、同學好評。以下摘錄此組學生的學習歷程與心得：

「在修災難護理這門課之前，所學到的護理皆是著重於在醫院內的護理照護，鮮少會接觸到急救或是大型災難的護理，透過這門課，了解到很多不同的大型災難，所要準備的護理人力或是醫療資源皆是不同的。並且在急診救護上，也分為許多不同的等級，在第一時間的反應及指揮的角色也非常重要。在課堂當中，透過不同專業的專家老師來為我們講解災難應對及案例的分析，讓我印象更加深刻。」

「其實一開始對於災難沒有太大的概念，覺得自己可能一輩子都與之無關，但在上了這麼多相關課程中，才發現災難其實一直都在我們身邊伺機潛伏著，一個不注意，就會引起極大的災況。像是新聞上常報導的失火、毒物、疫情等狀況，其實在沒上這堂課之前，我連毒化災是什麼都不知道，但在講師清楚的說明和互動，學習到了在毒化災中，又要仔細區分為是什麼樣的毒物災害，針對不同情況又要給予不同的處置，像是化工廠粉塵意外時，絕不可直接用水沖洗，要將身上粉塵以毛刷清除乾淨後才可進行下一步的處理，還有在除汙時也需要將全身衣物脫除，以使清除效果最佳化等等的狀況。」

「透過這次的報告讓我們對於火災的預防及求生有更近一步的認識，甚至更正了很多我們固有的錯誤觀念，也學會了緩降梯跟滅火器的應用，在完成整份報告之後發現自己也學到了不少，也覺得必須把這些重要的知識及資訊分享給大家知道，因為大眾總是覺得災難的發生離自己很遠，但殊不知災難將會在未知的時刻悄悄地降臨在我們身邊，所以平時做好防範措施是非常重要的，希望大家透過我們的報告能學習到火災的預防以及遇到火災時該如何逃生，將災難的發生率及災難的傷亡數降至最低。」

「整學期的課程結束後，學到了非常多有關災難的知識，其中讓我最印象深刻的是防護衣的講座，剛好因為當時疫情較為嚴重，所以對於防護衣想要更深入了解，正好老師就安排了防護衣講座。而在那堂講座中除了說明目前台灣防護衣技術之概況，我覺得更珍貴的是讓同學能親自以正確的方式試穿防護衣，聽完講座後也讓人更加讚嘆台灣的防疫成績。此堂課程尚有許多災難知識課程，像是消防、空中醫療、大型活動災難預防還是毒化災，各個課程都是我以前從未接觸過的領域及知識。雖然這次因為疫情關係沒有參與到我最期待的急診室與消防隊參訪，但也因此學到了很多平常不會接觸到的知識，期許未來能將所學之知識與技能應用在護理專業上，很謝謝老師費盡心思邀請眾多學者來為我們上課，會推薦同學與學弟妹來修災難護理之課程。」

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表 1

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	109 年 3 月 18 日 12:00~12:45	受指導組別	第一組 新型冠狀病毒肺炎預防
地點	DG127	受指導次數	第 <u>一</u> 次
受指導對象	林家威、洪苡媽、陳建儒、葉奕均、石苡筠		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 向學生解釋團衛的認識知能及教案書寫方法，建構衛教的方法和注意事項，針對不同衛教對象採特定的衛教方式及內容。 2. 與同學討論及訂定題目，先了解同學對於災難之定義並鼓勵同學以災難的定義思考題目的方向以及該題目之預設大綱。 3. 認識新型冠狀肺炎及預防、應變方法。		
具體建議與解決方案	1. 學習助理去年修課團體衛教經驗分享，使同學了解面對一般民眾需以解單扼要且圖示清晰之方法做教學，並鼓勵同學可以以創新想法融入衛教內容，增加民眾的吸收。並提醒同學在衛教內容中需適時的與民眾互動，才能了解民眾的認知水平以調整衛教內容。 2. 此組同學針對目前時事 COVID-19 新興傳染病感興趣，因此未來衛教將以此傳染病為主題，大綱上初步將從傳染源及原因做簡單介紹到如何預防。 3. 搜尋國內 COVID-19 即時紀錄及疾管署官方針對 COVID-19 之介紹及防範措施，提醒同學針對傳染病之資料來源盡量以官方資料為主。		
後續追蹤	1. 4/28 團體衛教(新型冠狀病毒肺炎預防)內容(文案、PPT)初稿繳交。 2. 4/28 討論小組創意呈現方式初步練習口頭報告。 3. 4/28 確定團體衛教時間。		
備註	與老師討論同學設定之題目及初步內容大綱合適性與修訂。		

指導老師：傅秀雲

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表 2

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 4 月 28 日 12:00~12:45	受指導組別	第一組 新型冠狀病毒肺炎預防
地點	DG123	受指導次數	第__二__次
受指導對象	林家威、洪苡媽、陳建儒、葉奕均、石苡筠		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 團體衛教(新型冠狀病毒肺炎預防)內容(文案、PPT)初稿繳交。 2. 了解同學對於 COVID-19 之認知程度及想要傳達給衛教對象之內容是否正確且合適。 3. 討論小組創意呈現方式並初步練習報告。 4. 確定團體衛教時間。		
具體建議與解決方案	1. 團衛文案及 PPT 檢視，增補、修正不適當內容並調整 PPT 顏色及字體大小。此組在練習報告之過程中，發現有講者內容與 PPT 未呈現內容之問題。因此請同學在 PPT 之製作上需要與講者口頭報告內容呼應，使衛教對象可以更容易且清楚了解衛教內容。 2. 加入創意洗手舞的部分，請聽者上台一起執行或測驗其洗手、戴口罩的步驟，增進與聽者的互動性，並請主講者將團衛內容用口語化、生活化的方式表達，避免過多專業術語參雜其中。此組同學較容易專注於衛教內容而忽略觀眾互動的重要性，因此提醒同學在衛教的過程中可以在每一個段落結束後，以互動問答的方式了解衛教對象是否有吸收並了解前述內容。也鼓勵同學可以增加與生活經驗較有關聯之內容，以增加衛教對象之興趣。 3. 因此組與第二組皆為相主題，為使衛教內容更豐富且不重疊，因此與第二組 PPT 內容整合成一份完整的內容，第一組的內容主要在介紹 COVID-19 導因及如何做好預防；第二組內容為針對 COVID-19 之居家隔離介紹和整理以及常見之傳染病迷思，兩組串聯後可以順利銜接。 4. 預計 6/16 下午 4:10~4:55 於課堂進行團體衛教。		
後續追蹤	1. 5/19 檢視修正後文案及 PPT。 2. 5/19 練習報告，全組熟悉衛教內容，確認銜接流暢度，並結合創意、互動環節。 3. 學期末前完成書面報告。		
備註	因主題與第二組相同，為避免兩組重複性過高，故將兩組合併為一大組共同團體衛教		

指導老師：__傅 秀 雲__

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 3 月 18 日 12:45~13:30	受指導組別	第二組 COVID-19
地點	DG127	受指導次數	第 <u>一</u> 次
受指導對象	李承儒、李明璚、陳明瑜、蔡府祐、馮永旭		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 向同學說明團衛的認識知能及教案書寫方法，建立團衛的技巧和注意事項，針對不同衛教對象採特定的衛教方式及內容。。 2. 與同學討論並決定題目，先了解學生對於災難定義的認知，並鼓勵學生從災難的定義思考題目的方向以及該題目之預設大綱。 3. 認識新型冠狀肺炎。 4. 新型冠狀肺炎應如何預防及應變。		
具體建議與解決方案	1. 學習助理去年修課團體衛教經驗分享，使同學了解面對一般民眾需以解單扼要且圖示清晰之方法做教學，並鼓勵同學可以以創新想法融入衛教內容，增加民眾的吸收。並提醒同學在衛教內容中需適時的與民眾互動，才能了解民眾的認知水平以調整衛教內容。 2. 近期相關重大災害事件紀錄收集。 3. 新型冠狀肺炎文獻資料搜尋，並介紹政府針對新冠肺炎之官方帳號，鼓勵同學可以針對衛教族群介紹網站或是 LINE 官方帳號，以更貼近民眾的方式讓民眾可以多運用資源來了解此疾病以及預防方法，更重要的事即時取得正確資訊。。 4. 根據文獻資料理解後，與同學討論想如何呈現衛教內容，及想要以什麼方向報告後整理出小組的團衛大綱。		
後續追蹤	1. 4/28 團體衛教(新型冠狀病毒肺炎預防)內容(文案、PPT)初稿繳交。 2. 4/28 討論小組創意呈現方式 初步練習口頭報告。 3. 4/28 確定團體衛教時間。		
備註	與老師討論同學設定之題目及初步內容大綱合適性。		

指導老師： 傅秀雲

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 4 月 28 日 12:00~12:45	受指導組別	第二組 COVID-19
地點	DG123	受指導次數	第 <u>二</u> 次
受指導對象	李承儒、李明璫、陳明瑜、蔡府祐、馮永旭		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 團體衛教(新型冠狀病毒肺炎預防)內容(文案、PPT)初稿繳交。 2. 討論小組創意呈現方式並初步練習報告。 3. 確定團體衛教時間。		
具體建議與解決方案	1. 團衛文案及 PPT 檢視，增補、修正不適當內容並調整 PPT 顏色及字體大小，此組同學員先內容較深，且多為以護理人員之角度編寫，與同學討論刪減內容至清晰、易懂。並鼓勵此組同學可以多將文字以圖片做替代，使 PPT 內容可以以圖像化讓民眾一目瞭然，搭配講者內容可以有加乘效果。 2. 此組內容主要為介紹目前政府針對 COVID-19 之居家隔離政策。而在資源有限但疾病持續進行中的環境中，鼓勵同學可以加入迷思觀念澄清(如酒精、消毒水、濕洗手的差異，口罩重複使用等)使民眾可以在衛教內容下正確的做疾病之預防。除了口頭報告之外，鼓勵同學可以增加 Kahoot 之趣味問答，增進與聽者的互動性，並請主講者將團衛內容用口語化、生活化的方式表達，避免過多專業術語參雜其中。 3. 預計 6/16 下午 4:15~4:55 於課堂進行團體衛教。		
後續追蹤	1. 5/19 檢視修正後文案及 PPT。 2. 5/19 練習報告，全組熟悉衛教內容，確認銜接流暢度，並結合創意、互動環節。 3. 學期末前完成書面報告。		
備註	因主題與第一組相同，為避免兩組重複性過高，故將兩組合併為一大組共同團體衛教		

指導老師：——傅秀雲——

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 3 月 17 日 12:00~12:45	受指導組別	第三組 地震
地點	DG127	受指導次數	第 <u>一</u> 次
受指導對象	許雅琪、曾子菱、李育欣、李欣芸		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 向學生解釋團衛的認識知能及教案書寫方法，建構團衛的技巧和注意事項，針對不同衛教對象採特定的衛教方式及內容。 2. 與學生討論並訂定題目，先了解學生對於災難定義的認知，並鼓勵學生從災難的定義思考題目的方向以及該題目之預設大綱。 3. 增進學生對地震預防及災害應變的認知。		
具體建議與解決方案	1. 與學生分享過去災難及社區團體衛教的經驗，提醒學生團體衛教應該是將學理融會貫通後，以最簡要、明瞭、生活化且實用的方式呈現，教材中應多以簡潔的文字搭配清晰的圖片呈現，且可多加入不同的方式，如演戲、影片或遊戲等方式，增進團衛的趣味性及互動性，吸引聽者的焦點。 2. 學生題目設定為地震事件，大綱先由地震簡介開始，到地震前、中、後能做的事情及迷思澄清。經討論後鼓勵同學可以經由重大新聞事件、聽者認知測試等方式，導出聽者平常的錯誤觀念迷思，再透過團衛解釋為何其觀念錯誤，以及正確的方式為何，以加深聽者的印象。 3. 請學生上政府官方網站(如地震中心、消防署、氣象局等)，瀏覽並討論於地震事件中常發生的災害，並篩選常見、可預防、清晰易懂且適合衛教的因素放入內容中。針對緊急處置，鼓勵同學能跳脫護理專業的框架，以民眾在事發當下所能達成自行處理的認知、技能培養為主。		
後續追蹤	1. 4/27 衛教正式大綱及初版 PPT 內容繳交。 2. 4/27 以 PPT 內容為主討論同學們的架構是否清楚，且內容有無通順並符合邏輯。評估內容難易是否適中而合適作為衛教內容。 3. 4/27 與同學討論衛教內容呈現方式，此組決定以遊戲做呈現，於下次討論時間討論遊戲方式及場地控制。 4. 4/27 確定團體衛教時間。		
備註	與老師討論同學設定之題目及初步內容大綱合適性。		

指導老師： 傅秀雲

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 4 月 27 日 12:00~12:45	受指導組別	第三組 地震
地點	DG127	受指導次數	第 <u>二</u> 次
受指導對象	許雅琪、曾子菱、李育欣、李欣芸		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 驗收學生大綱及 PPT 內容，討論大綱順序是否通順，PPT 內容有無錯誤且符合團衛方法，並提出可修改或增加的內容。 2. 針對團衛內容前後測題目做討論。 3. 討論團衛遊戲進行方式。 4. 確定團體衛教時間。		
具體建議與解決方案	1. 此組學生此次呈現的大綱通順、完整，以地震簡介做開端，帶入地震前、中、後可以做哪些準備及緊急應變措施，並在最後附上迷思觀念澄清及消防署簡短的小影片總結本次團為重點。與老師討論後，建議將迷思澄清一道最前面。而針對衛教內容，鼓勵同學在地震簡介中，除了逐一介紹外，可以帶出台灣常見發生地震原因、地震造成之災難做重點式介紹，使衛教內容可以貼近民眾生活，而加深印象。提醒同學地震內容不應侷限在透天厝之民眾，應增加大樓之地震應變、預防措施，使內容更完整。 2. 與學生討論後，決定前測的情境題結合遊戲，透過聽者的現場緊急反應可以導出常見的錯誤迷思觀念，進而帶入團衛逐一澄清並修正觀念，以利增進團衛互動性及加深聽者印象。後測可以針對團衛內容，設計民眾可達出且實用的問題，如緊急避震口訣、避難包準備及使用時機等。 3. 經討論後，決定遊戲方式主要為將現場布置為居家常見擺設(如大型家具、桌椅、樑柱)，向聽者說明地震情境，請聽者做出平時自己的緊急反應。 4. 預計 6/16 下午 5:00~5:30 於課堂進行團體衛教。		
後續追蹤	1. 5/18 確認報告前遊戲過程需要哪些用物以及現場的控制。 2. 5/18 驗收 PPT 修改成果及練習口頭報告(含遊戲互動環節)。 3. 6/1 完成書面報告。		
備註	無		

指導老師： 傅秀雲

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 3 月 24 日 12:00~12:45	受指導組別	第四組 居家火災
地點	DG127	受指導次數	第 <u>一</u> 次
受指導對象	張琳儀、王育萱、林諭婷、黃郁珊		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 向同學說明團衛的認識知能及教案書寫方法，建立團衛的技巧和注意事項，針對不同衛教對象採特定的衛教方式及內容。 2. 與同學討論並決定題目，先了解學生對於災難定義的認知，並鼓勵學生從災難的定義思考題目的方向以及該題目之預設大綱。 3. 增進學生對居家火災預防及緊急應變的認知。		
具體建議與解決方案	1. 與同學分享過去災難及社區團體衛教的經驗，提醒學生團體衛教應該是將學理融會貫通後，以最簡要、明瞭、生活化且實用的方式呈現，教材中應多以簡潔的文字搭配清晰的圖片呈現，且可多加入不同的方式，如演戲、影片或遊戲等方式，增進團衛的趣味性及互動性，吸引聽者的焦點。 2. 同學決定題目為火災事件，經討論後鼓勵同學可以鎖定為居家火災，內容才不會過度複雜、失焦或組織鬆散。透過重大新聞案例、聽者認知測試等方式，引出聽者平常的錯誤觀念迷思，再藉由團衛解釋為何其觀念錯誤，以及正確的方式為何，以加深聽者的印象。 3. 請同學可以搜尋政府官方網站(如消防署)，蒐集並討論於居家火災事件中的導因及致命的危險因素，並篩選常見、可預防性高、清楚易懂且適合衛教的因素放入內容中。針對團衛內容，應避免過度專業化、複雜的學理，而是以簡單清晰的文字，說明每一項導因的嚴重性以及預防與緊急應變措施的可行性、實際效益為何。		
後續追蹤	1. 4/28 擬定團衛正式大綱及初版 PPT 內容繳交。 2. 4/28 以 PPT 內容為主討論同學們的架構是否清楚，且內容有無通順並符合邏輯。評估內容難易是否適中而合適作為衛教內容。 3. 4/28 與同學討論衛教內容呈現方式，此組決定以 Kahoot 即時互動測驗呈現，於下次討論時間討論 Kahoot 題目設計。 4. 4/28 確定團體衛教時間。		
備註	與老師討論同學設定之題目及初步內容大綱合適性。		

指導老師：傅秀雲

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 4 月 28 日 12:45~12:30	受指導組別	第四組 居家火災
地點	DG127	受指導次數	第 <u>二</u> 次
受指導對象	張琳儀、王育萱、林諭婷、黃郁珊		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 檢視同學大綱及 PPT 內容，討論大綱順序是否通順，PPT 內容有無錯誤且符合團衛方法，並提出可修改或增加的內容。 2. 討論團衛呈現方式及 Kahoot 題目設計。 3. 確定團體衛教時間。		
具體建議與解決方案	1. 本組同學這次呈現簡要的大綱及原則，經討論後建議同學新聞案例擇一播放，且挑重點播放，長度不宜超過一分鐘，內容宜更深入並增加常見造成火災的導因以及可實行的火災預防與緊急應變措施，但需避免過於艱澀、專業人員才需學習的知識技能，盡量以民眾做得到、可增進的認知技能為主。PPT 字體宜放大，並增加更多清晰的圖片、簡要的口訣等加深聽者的認知。 2. 與同學討論後，建議團衛時應避免專業術語的使用，講者應盡量生活化、口語化，過程中可隨時停下來詢問、測試聽者的認知以及吸收成果，增加講者與聽者的互動性，避免應團衛內容枯燥冗長而使聽者注意力不集中、失去興趣。Kahoot 的題目則應針對團衛內容設計，並盡量挑選錯誤觀念迷思出題，應具鑑別度且難易度適中。 3. 預計 6/16 下午 3:40~4:10 於課堂進行團體衛教。		
後續追蹤	1. 5/19 驗收 PPT 修改成果並確認 Kahoot 題目內容。 2. 5/19 練習口頭報告(含 Kahoot 測驗)。 3. 6/1 完成書面報告。		
備註	無		

指導老師： 傅秀雲

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 3 月 18 日 12:45~13:30	受指導組別	第五組 車禍應變處置
地點	DG127	受指導次數	第 <u>一</u> 次
受指導對象	陳湘昀、歐慈霖、林瑩錚		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 解釋團衛的認識知能及教案書寫方法，建構衛教的方法和注意事項，針對不同衛教對象採特定的衛教方式及內容。 2. 與同學討論及訂定題目，先了解同學對於災難之定義並鼓勵同學以災難的定義思考題目的方向以及該題目之預設大綱。 3. 增加對車禍的認知及預防和處理方法。		
具體建議與解決方案	1. 分享過去災難及社區團體衛教的方法和重點，並提醒若是針對車禍可以將族群不設限在老年人，而是青壯年。設定合適的年齡層能將團衛知識更融入與他們生活之中，而能達到團體衛教之成效。 2. 同學設定為遊覽車於高速公路車禍事件，經討論後鼓勵同學可以將範圍擴大到一般客車於高速公路車禍事件，能更加延伸生活經驗於主題之中。 3. 與同學討論於高速公路車禍事件中常見的原因，並篩選合適衛教且清晰易懂的因素放入內容中。針對處理方法鼓勵同學能跳脫護理專業的框架，以民眾能在事發當下自行處理的認知培養為主。		
後續追蹤	1. 4/27 衛教正式大綱及初版書面內容繳交。 2. 4/27 以書面內容為主討論同學們的架構是否清楚，且內容有無通順並符合邏輯。評估內容難易是否適中而合適作為衛教內容。 3. 4/27 與同學討論衛教內容呈現方式，此組決定以影片做呈現，於下次討論時間討論影片腳本。 4. 4/27 確定團體衛教時間。		
備註	與老師討論同學設定之題目及初步內容大綱合適性。		

指導老師： 傅秀雲

輔仁大學 108 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】

課程指導紀錄表

學習助教：陳君惠、蘇威豪

聯絡方式：0983131537

時間	108 年 4 月 27 日 12:00~12:45	受指導組別	第五組 車禍應變處置
地點	DG127	受指導次數	第 <u>二</u> 次
受指導對象	陳湘昀、歐慈霖、林瑩錚		
指導老師	傅秀雲 老師		
指導內容摘要			
主要問題	1. 驗收同學大綱及文本內容，討論大綱順序是否通順，文本內容有無正確且符合衛教方法。針對文本及大綱提出可修改或增加的內容。 2. 針對衛教內容前後測題目做討論。 3. 討論衛教呈現方法影片之內容。 4. 確定團體衛教時間。		
具體建議與解決方案	1. 此組同學此次呈現的大綱通順，以事發原因做開端，並針對事發原因做逐項介紹及預防方法。針對此組文本建議可以增加事件發生當下如何做立即簡單處理。並鼓勵除了用影片做內容介紹之外，可以增加問答環節及互動，增加團體對象之興趣並有效達到加深印象之目的。 2. 此組於後測題目較偏向護理人員方，因此與同學討論並修正題目改為較符合一般民眾認知之題目，較能達到有效後側之效果。除了題目需要符合民眾知識範圍之外，因將大綱中的主題接提出一項前後側題目，較能避免有知識漏洞的問題，同時有效達到了解衛教結果對於民眾之影響。 3. 影片主要方向為車禍發生當下，民眾可以如何先自行處理，針對不同傷病如內傷、外傷、頸椎受傷、出血、骨折等做基本的處置衛教。 4. 預計 6/9 下午 5:00~5:30 於課堂進行團體衛教。		
後續追蹤	1. 5/18 呈現衛教內容，並確認內容通順流暢及講者能適當與衛教對象互動。 2. 5/18 影片內容符合民眾認知範圍，且車禍當下處置之方法符合臨床步驟。 3. 6/1 完成書面報告		
備註	無		

指導老師： 傅秀雲

**輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習計畫書**

一、自主學習計畫主題：新型冠狀病毒肺炎預防

二、組別：第一組

三、課程名稱：災難照護

四、指導老師：傅秀雲老師

五、學生姓名與工作分配：（可以個人或團體方式執行，至多 5 人）

姓名	工作內容
石苡筠	組長、資料統整
陳建儒	文本製作、上台報告
林家威	文本製作、上台報告
洪苡媽	投影片製作
葉奕均	投影片製作

六、計畫內容與進度規劃（請描述透過何種行動或方法達成）

以組內團體討論、定期與助教討論及教學的方式，加上查找資料及文獻，完成團體衛教。

七、預期效益：

做出一個能讓沒有醫學背景的一般民眾也能聽懂的衛教，並讓他們能在生活中執行。

輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習成果報告

撰寫日期：109 年 6 月 2 日

一、課程基本資料

(一)自主學習計畫主題：新型冠狀病毒肺炎預防

(二)組別：第一組

(三)學生姓名：石苡筠

(四)課程名稱：災難照護

(五)指導老師：傅秀雲老師

二、計畫成果

(一)自主學習歷程：

一開始因為覺得新型冠狀病毒肺炎是最近新興的疾病，可能一般民眾比較不了解它，加上最近有很多防疫措施，想要教大家正確的防疫觀念，所以決定了這個主題。在分工上大家能互相配合，做好自己份內的工作。遇到的難題是不夠簡化內容，有些知識會不小心講得太複雜，或者是放太多文字使報告不夠生動，也不太知道要怎麼刪減，但經過討論後，最後還是有在圖片量及文字量中且取得平衡。

(二)成效說明與實際產出：

日期	主題	內容
3/24	確立主題、討論報告大綱	決定主題為新冠肺炎的衛教，並和助教討論題目可行性及報告方向，組員討論內容大綱。
4/27	Ppt 細項主題確認、修改 ppt	Ppt 初稿修改，確認細項報告內容。
5/18	修改 ppt 內容	針對投影片內容做豐富及刪減不必要之內容，對於報告細項的建議及增加更多衛教內容。
6/1	試報、修改內容	完整報告一次，修改內容文字過多以及 ppt 過於簡潔問題，增加問答以增加與觀眾互動性。

三、學習心得(組內每位學生皆須提供至少 200 字的學習心得)

石苡筠：

「災難不一定是我們想像中的那種大場面，只要醫療需求大於醫療能量，對我們來說就是災難。」這是在這堂課中讓我印象最深刻的一句話，還沒上這堂課以前，一直覺得災難就是像電影中拍的那樣，很多人在逃難、煙霧瀰漫的場景，但其實很有道理的是，當我們的醫療人力不足以供給大量的醫療需求的時候，對醫護人員及患者來說，都是一種災難，因為沒辦法讓所有人在第一時間得到幫助，也讓醫療人員只能盡量先從最重的傷患開始救起，不能像平常一樣對每個病人都做仔細的身體評估、檢查是不是有潛在的傷害。其中一堂課，我們在教的是怎麼檢傷分類，只要能夠走路的人，都算是綠色牌，就是最輕傷，在救災中是最後順位的救治順序，這是以前沒有學過的領域，覺得用能不能走路來判斷一個人的傷勢或許不是最準確的，但在面對大量傷患時，這是最快速分辨病人的方法。

在這堂課中，還親眼看見了第一線的防護衣，了解到了正確穿脫的重點及重要性，在第一線面對病毒的醫護人員，在防護上不能馬虎；學習到了毒化災的知識，雖然目前在醫院沒有遇到過，但其實毒化災比我們想像中更貼近我們的生活，常見的一氧化碳中毒也算是一種毒化災，學到了處理這類病人的程序及注意事項；還有空中醫療，以前只在電影或電視劇中看過，看到只覺得很帥很厲害，但經過了上課的講解，了解到了空中醫療其實要注意的地方很多，從人員、氣候、傷患狀況、接送的醫療單位，只要一個環節出了狀況都會有很大的影響；學了在緊急救護時，如何固定病人的頭頸部及使用頸圈；還有火災的逃生方式及判斷傷患是否為嗆傷的方法，打破了很多我們以前的迷思；還有看的了槍傷及胸腔創傷的震撼。這堂課是充實且豐富的，也讓我們在上完這堂課後有更多儲備知識來面對以後可能會遇到的緊急情況，不管是在日常生活中或是在臨床上。

而在學著做團體衛教時，也對新冠肺炎的預防措施有更進一步的認識，更了解到要怎麼講述才能讓不是醫學背景的一般民眾聽得懂，用簡單的圖片、歌舞、簡潔的文字，深入淺出地講一些對我們來說也許已經熟悉到像常識一樣的知識，但對於我們要衛教的聽眾來說也許是新的事物，這也是一個很大的挑戰，要把這些東西用活潑、簡單的方式呈現，同時對我們來說也是一個學習，對以後的我們也是一種準備，因為一定還會再遇到相似的情況，我們要學著把自己已經知道的東西吸收後，再呈現給病人了解，才能讓大部分人都能照著做，達到我們預期的效果。

林家威：

災難照護是一門廣闊而多元的學問，同時也是當今社會需要去重視的議題。由淺入深的課程脈絡，讓我先認識到災難的定義與分類，繼而了解到箇中事故傷害、天災人禍的危機處理方式，各項災難應變與照護之原則，再之後放大到國家、民間防災相關拯救單位的系統運作。

然而，讓我最感興趣之部份包括到災難實務與防護衣的認識，將「災難」這個議題連繫到最近來勢洶洶的新冠疫情，就好像把「災難照護」的知識領域扣緊到我們生

活中息息相關的事，也令我體驗到災難預防的重要性。凡事豫則立，提早制定出應變與保護措施，才能臨陣不亂，做好災難處置。

課程中所提及的傷患處理流程、傷者檢傷、空中救援等，加深了解到院前與院內，以至到災後復原整個互相支持而緊密合作的關係，也同時告訴我們面對風險當前，務必提高警覺與謹慎，才能妥善完成危機處理。

在團體報告中，我們決定以新冠疫情作為探討的主軸，透過搜集與理解文獻等學術資料，來加深以及蒂固好我們對這種災難的認識，做好這一步之後，我們再開始思考「如何去預防這種災難？」、「有什麼資源我們可以運用去應付災害？」，透過不斷的反思、思考，去逐步的提升我們對災難照護的危機判斷與概念，最後就是作為一名醫護人員，我們應該用哪種形式去呈現當中的知識，而能夠令大眾更好的理解。

所以，我認為「災難照護」並不是一門古板乏味的命題，當中可以用上我們的專業、藝術，來深入的討論「災難照顧」，而這些層面不僅與護理人員息息相關，也關乎到每個人的生活之中。

陳建儒：

在準備這份 covid-19 的團報上，覺得雖然自己就身處在防疫的環境中，卻仍會疏忽病毒的危險性，偶爾忘記戴口罩出門，或是沒有好好洗手等等，藉著這份團報的預備，使我重新認識新型冠狀病毒這個被全球視為極度危險的傳染病，也再次為自己該如何預防被感染，而上了一課。經過上網資料的查詢，看到了相關的疫情資訊，首先覺得臺灣的新聞媒體都有好好追蹤疫情的變化，政府也在每日的記者會上，發佈最新感染的狀況，自己平時沒有特別追新聞，但看到已經好幾天都零確診，心裡也感到安心平穩，在全台灣人民與政府的共同合作下，不僅全民戴上口罩防禦，政府亦發佈買賣口罩的相關政策，以記名方式每週每人發售數片，也要求民眾搭乘大眾運輸工具時，一定要把口罩戴起來，這樣的共識真的幫助臺灣很多，減少很多空氣傳染的可能，使臺灣相較其他不愛戴口罩的歐美國家，疫情控制得更好，自己也應該檢討一下，在這樣的非常時期，身為專業醫護背景人員，應該教導身邊的人戴口罩的正確方式，常常看到有人用手觸摸口罩外層，或是直接把口罩亂扔在桌面，沒有包捆丟進廢氣物垃圾桶或摺好收進垃圾袋，而偏偏口罩外層實在是最髒最高污染的一層，沒有妥善處理口罩的話，反而又將自己暴露在病毒空氣中，實在反省自己也應做好標準動作，在親友面前運用所學，實踐正確的防疫方式，由小家庭開始衛教，將風氣逐漸帶到大社會，進而達到眾人的健康與安全。此外，透過上課所學習與災難有關的知識，以及多次與學長姐的討論，對於團衛的呈現方式也有許多的腦力激盪，一個衛教確切的目的是要能讓受教者真實明白所學習的技能或知能，因此用合適的創意來吸引人的目光，就顯得很重要，在與組員的討論中，不僅自己要先全盤熟悉衛教內容，我們也盼望能藉著活潑的劇本，帶出生活情境，使觀眾能有熟悉感，更能深刻記得我們所要衛教的重要防疫觀念。很謝謝有災難照護這堂課，在醫護領域中，災難的預防、即刻處理、恢復，是很重要的一環，能於在學期間就先預習，想必對未來肯定有所幫助！

洪苡嫣：

這學期的災難照護課程相較於以前學過的都有些不同，課程內容大多與突然發生及不可預期的事情有關，一開始選這堂課程的動機是因為未來想要走急診體系，選了這堂課之後確實上到很多平常不會接觸到的東西，有很符合時事的新型冠狀病毒疫情延伸出來的防護衣穿脫、疫情災難的 PPRR，也有大量傷患例如八仙塵爆、九二一大地震等大量傷患的緊急機制及檢傷分類，甚至有這一生幾乎完全不會接觸到的傷患運送，又或者是最後一週張主任上的創傷類別、應對及如何看肺部的影像學等，都讓我學到了不少東西。

其中印象比較深刻的是消防隊小隊長來幫我們上的固定術及檢傷分類跟防護衣的穿脫教學，我認為固定術不是只有醫護人員要學，上下班時間一到，大家趕著上下班或因為疲勞而未注意車況導致車禍發生是每天幾乎都會發生的事情，在緊急救護員及救護車到之前要如何固定傷患減少對傷患的傷害是一般民眾也做得到的事情；檢傷分類則是在未來的急診體系這條路上及大量傷患時都適用的知識，在緊急的情況下如何讓有限的醫療資源做最大的應用是必要的，這兩堂課程也都有實作，在實際做過一次的印象就增加非常多。

防護衣穿脫的部分則是非常因應時事，雖然沒有自己親身穿過，但在醫院實習期間看到有疑似個案的時候，在學姊穿脫的防護衣的同時腦袋也有穿脫的步驟在跑，也會知道為什麼衣服的穿脫順序是這樣，在冠狀病毒這樣的疫情爆發時，懂得利用正確的方式保護自己也是很重要的。謝謝老師安排了這麼多不同專業的講師來為我們上課，這堂課真的讓我學到很多平常學校不會教，臨床也不會看到的東西。

葉奕均：

透過這次的團體衛教製作，讓我瞭解到護理人員除了在醫院內提供醫療照護之外，社區也是護理人員關注的重點，就這次的新型冠狀病毒肺炎為例，護理人員能夠提供一般民眾有關傳染性疾病相關的護理指導、正確的洗手方式還有口罩的配戴方式等，除了可以達到 PPRR 概念中的預防以外，也可以導正民眾對於防疫的各項觀念，使得正確的資訊能夠傳播出去。因為這是一項新興的傳染性疾病，所以不管是在醫學界或是政府都有大量的新知識和觀念被提出來，包括武漢肺炎的傳播、相關症狀、治療處置、政府的防疫新生活運動、邊境管制、隔離措施甚至是大家最關心的口罩購買，每天都會有不同的內容被更新，像六月開始解除口罩實名制購買，回歸市場機制，這在我們製作的過程中是沒有預料到的，這也提醒了我們，當護理人員在進行團體衛教的製作時應當要注意資訊的正確性以及要時常更新我們的內容，才能夠讓民眾獲得最正確的訊息，此外針對不同的族群，如小孩、一般成人甚至老人，都可能需要略為增減內容，以符合不同身份的需求，但我們可能沒有辦法像政府機關一樣，製作許多不同的版本來使用，因此我們挑選了之中共同的主題來介紹，像是洗手、戴口罩或保持社交距離等等項目，讓這份團體衛教可以發揮最大的功用。

四、其它附件

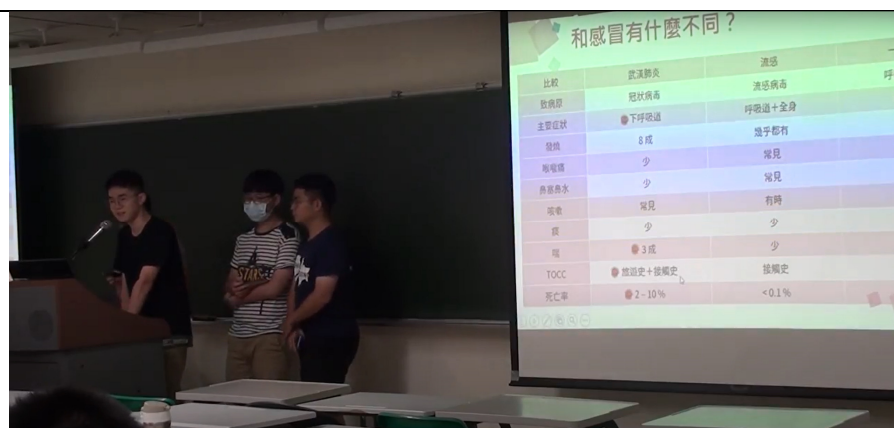
(一)每組學生成果 PPT

<https://drive.google.com/file/d/13tAVzj0XwqQIeOhBN2p7b4H4sYaea1mB/view?usp=sharing>

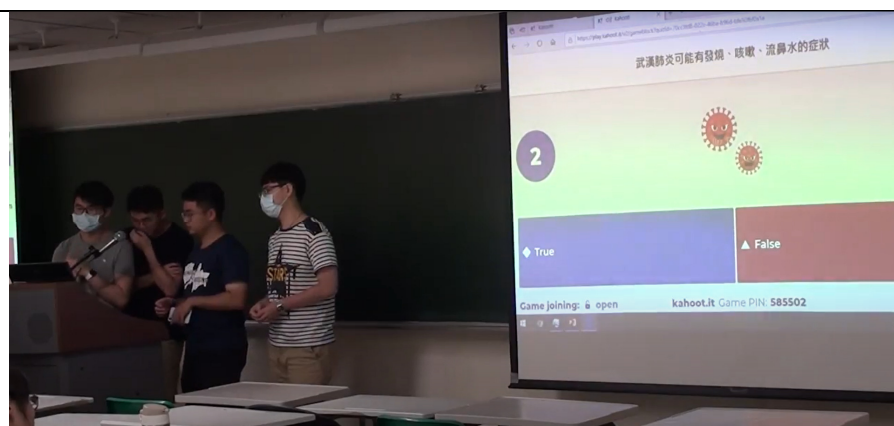
(二)分組討論及相關活動照片

6/16 活動紀錄照片

團體衛教



Kahoot 互動測驗 聽者吸收成果



災難照護——COVID-19

第一組

組員：石苡筠、陳建儒、林家威、洪苡嫣、葉奕均

1.簡介：

COVID-19 是從去年 12 月爆發出的傳染性疾病，現在我們稱它為「嚴重特殊傳染性肺炎」、「新型冠狀病毒」、「COVID-19」或俗稱「武漢肺炎」

2.起因：

因為它是從中國湖北武漢市開始蔓延的，原因可能是媒體報導所說的有中國人進食蝙蝠，或是有去華南海鮮市場活動，但以上原因還無法被證實，不過 COVID-19 就此蔓延，包含美國、日本、南韓、義大利、台灣等地都開始出現案例。世界衛生組織更在 1/30 公布 COVID-19 為公共衛生緊急事件，為一全球化的感染性疾病，可見其嚴重性，透過科學與臨床醫療，發現 COVID-19 是一款前所未有的冠狀病毒，比一般冠狀病毒造成的症狀還要嚴重

3.症狀：

患者常見症狀是嚴重乾咳、倦怠、八成患者會發燒，較少出現喉嚨痛、鼻塞、流鼻水、有痰等。部分患者可能惡化為肺炎與呼吸衰竭，進院檢查還會發現肺部有浸潤的現象，看起來「髒髒的」，COVID-19 的潛伏期長達 1-14 天（多數為 5 至 6 天）。有些個案這段期間可能不會出現任何症狀，但是具有傳染力，感染後死亡率達 2~10%，所以這也就是會被稱為「武漢肺炎」和人們為之恐懼的原因

冠狀病毒、流感、肺炎之差？

感染一般冠狀病毒的患者只有上呼吸道出現症狀，包含鼻塞、流鼻水、咳嗽、發燒；感染流感病毒的患者不只呼吸道症狀，亦有全身痠痛等問題；感染細菌性肺炎者咳嗽有痰，痰液濃稠黃綠色

4.治療：

如果最近有“TOCC”，而且發現自己有乾咳、倦怠、發燒等症狀，你一定要配戴口罩去醫院檢查治療，通常會先從你的鼻咽、口腔進行病毒篩檢，如果確診是 COVID-19，就會被要求住院觀察，因為 COVID-19 有傳染力，所以會被關在負壓隔離病房，雖然現在還沒研發出針對 COVID-19 的藥物及疫苗，但醫生會針對你的症狀做治療，例如乾咳的話給止咳藥，發燒給退燒藥，呼吸喘(呼吸窘迫)時給你吸氧氣等等支持性治療，治療直到症狀緩解至少 24 小時，而且連續兩次的呼吸道篩檢都是陰性，才能解除隔離。

小劇場——什麼是“TOCC”？

Travel 旅遊史：最近兩周內你、你的親友或家屬曾出國，或到 COVID-19 盛行地區或爆發地區旅遊、工作，當中的日期與地點。

*註：國際旅遊疫情建議等級——現在全球各地區都屬**第三級**。

第一級(注意：提醒遵守當地預防措施)、第二級(警示：對當地加強防護)、**第三級(警告：避免所有非必要旅遊)**。

Occupation 職業史：需要常出國的職業、常接觸人的服務業(交通運輸司機、導遊等)、於醫療場所工作者等。

Contact 接觸史：曾出入多人或高風險場所，如醫院、診所、機場、觀光景點、室內大型活動等（那些地方是哪裡？）。

Cluster 群聚史：一個月內和很多人同處一室，尤其例如同住的家人為具風險或已感染者，具風險指有呼吸症狀或已經在接受居家隔離。

*註：室內空間不得容納超過 100 人。

資料來源：https://www.kln.mohw.gov.tw/?aid=301&page_name=detail&iid=3576&pid=0

5.預防：

(1)疫情期間：避免到人多的室內空間如百貨公司、健身房、學校等，也避免去醫院、機場等高風險地區。

(2)如果一定要出門，要配戴外科口罩，

小劇場——口罩配戴方式：

1. 開：打開包裝並檢查口罩是否有破裂或缺陷，一般設計為有顏色為外層，此面朝外，且鼻樑片應在最外層上方。
2. 戴：將兩端鬆緊帶掛於雙耳，鼻樑片固定於鼻樑上方，口罩完全攤開拉至下巴，若必要可打結調整鬆緊帶長度，維持臉部密合度。
3. 壓：雙手食指均勻輕壓鼻樑片，使口罩與鼻樑緊密結合。
4. 密：可透過鏡子輔助或觸摸確認口罩是否正確配戴，包含內外側、帶子鬆緊、鼻樑片方向及形狀等。

配戴時注意：雙手不可接觸口罩外面，因為口罩外部都是被過濾的病毒、細菌、飛沫，如果不小心中碰到了要記得洗手！拿下口罩時，要將外層包在內部，綑綁後丟棄，不要「大辣辣的放在桌面，很髒！」口罩不能用超過 24 小時，如果受潮、過期了一定要換新的，才會有保護效果。

小劇場——如果不小心中忘記帶口罩怎麼辦！？

1. 回家拿
2. 可以想辦法問身邊的人借
3. 至少買個布口罩(七成過濾)
4. 別出門啦，不過現在疫情漸趨緩，但有些大眾運輸工具還是會要求配戴，大家真的別忘了！

(3)務必配合公共場所的防護措施，如使用乾洗手消毒雙手，或量測體溫，必須配戴口罩等，互動環節——洗手步驟：

濕洗手以肥皂徹底搓洗雙手 40 秒以上，乾洗手使用酒精含量 60%-80% 的乾洗手液搓洗 20 秒以上

提醒大家：

如果接觸到感覺已經被很多人摸過的東西，例如摸過公共場所的門把、廁所水龍頭、電梯按鍵、餐廳菜單與筆後，務必進行乾洗手或濕洗手，也盡量避免直接接觸這些東西，建議大家使用 DAP 手勢開關門、燈，以及咳嗽時的遮掩。千萬不要還沒把手洗乾淨就挖鼻孔、揉眼睛！



<<DAP 手勢

濕洗手絕對比乾洗手乾淨，而且過度使用乾洗手



武漢肺炎×防疫宣導

濕洗手比乾洗手重要

可能會導致皮膚龜裂，且不建議皮膚發炎、皮膚敏感或對酒精過敏的人使用。要維持手部衛生，還是以濕洗手為主，萬一在沒有肥皂或清水可清洗手部等特殊情況下，再使用乾洗手即可。

(4)要與人保持社交距離，應保持室內 1.5 公尺、室外 1 公尺之社交距離。建議使用 DAP 姿勢的手臂距離來保護自己！

(5)如果待在家不出門，可以**在家進行**：打掃與消毒維持家中清潔，消毒劑調配，做運動提升免疫力，妥善運用網路等娛樂放鬆喔。

消毒劑調配:一般市售漂白水（成分為次氯酸鈉，濃度約為 12%）為最便宜且有效的消毒劑，如果清洗手部及一般器物通常使用稀釋至濃度為 0.01%之漂白水，清洗大型客車車箱或其他公共場合可使用 1%漂白水，而清洗嘔吐物則需使用 5%之漂白水，稀釋倍數可視污染程度加以調整。

(6)如果真的已經出現乾咳、發燒、倦怠等不舒服的症狀，或親朋好友出現，千萬不要隱瞞病史！盡早就醫，讓自己恢復健康，也同時保護別人的健康！

輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習計畫書

一、自主學習計畫主題：**COVID-19**

二、組別：第二組

三、課程名稱：災難照護

四、指導老師：傅秀雲

五、學生姓名與工作分配：（可以個人或團體方式執行，至多 5 人）

姓名	工作內容
李承儒	資料收集、PPT 製作、上台報告
李明璇	資料收集、PPT 製作、上台報告
陳明瑜	資料收集、PPT 製作(疾病簡介)、紀錄
蔡府祐	資料收集、PPT 製作(預防措施)
馮永旭	資料收集、PPT 製作(錯誤迷思)

六、計畫內容與進度規劃(請描述透過何種行動或方法達成)

- 1 題目訂定、群體設定(老人 or 小孩)→小組討論、分配工作
- 2 災難定義、方向、影響→尋找相關文獻
- 3 確立正確的知識，釐清錯誤的觀念→從政府部門尋找正確知識，並從新聞上找尋錯誤的觀念並釐清
- 4 如何衛教→使用 PPT 及口頭說明以及實際行為給予目標群體適當的衛教

七、預期效益：

目標群體能理解如何防範 COVID-19，知道如何正確洗手、戴口罩，釐清一些似是而非的錯誤迷思。並知道自主管理、居家檢疫、居家隔離三者的不同。並且可以將正確的觀念以及知識給予他們身旁的家人以及朋友，將正確的防疫觀念落實到每一個人。

輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習成果報告

撰寫日期：109 年 03 月 23 日

一、課程基本資料

- (一)自主學習計畫主題：COVID-19
- (二)組別：第二組
- (三)學生姓名：李承儒、李明璇、陳明瑜、馮永旭、蔡府祐
- (四)課程名稱：災難照護
- (五)指導老師：傅秀雲

二、計畫成果

(一)自主學習歷程：

1. 針對近期剛發生的全球性疫情-COVID-19，因為社會大眾對此次疫情不一定瞭解其發病症狀、傳染預防等等。故針對此次疫情，設計問題及衛教。

2. 分工分配

將工作分為疾病認識、洗手、戴口罩、錯誤觀念、自主健康管理、居家檢疫(隔離)等，再由每個人尋找各自的部分去找尋相關的文獻及知識，再將各自整理好的資料整理成一份，每個人都各司其職，認真完成自己的工作。

上台報告:李承儒、李明璇

疾病簡介:陳明瑜(因應報告合併，故刪減內容，目前負責開會紀錄，與內容統整)

預防措施:蔡府祐

錯誤迷思:馮永旭

3. 針對大眾衛教之部分，內容需更加簡化、如何增加與聽眾之互動、除了熟悉自己報告的部分，如何面對聽眾各種的疑問。

(二)成效說明與實際產出：

1. 成果 PPT(詳附件)

三、學習心得(組內每位學生皆須提供至少 200 字的學習心得)

護理三甲 406491128 李承儒

這一堂課是一門很特別的課，在這學期中，有很多領域的專家來跟我們演講，對我而言這真的是很難得的經驗。從石富元教授的災難應變，到空中醫療都是一些平常很難遇到，也很難得可以學習的領域。

另外一個部分就是這門課，有針對不同族群作衛教的部分。在做衛教跟做報告的感覺真的不同。做報告的時候東西要夠深入，但是在做衛教的時候要盡量讓知識，能夠

貼近社會大眾。試著用他們聽得懂的方式去講一些比較專業的部分。所以衛教也是很多人覺得困難的部分。

護理三甲 406491269 李明璇

這堂課程讓我學到很多特別的知識，從災難的種類到如何預防到如果災難發生了應該怎麼因應，課程內容非常豐富，也非常實用，雖然可能很多情況不是一般人會遇到的，但是在上完課後我認為所有人都應該具有基本的防災觀念。像是今年遇到的 COVID-19，也是我們這組的報告內容，經由對實際的配合防疫，再透過上課的理解，在做報告時更了解疫情的狀況後更是覺得災難照護的重要。而在做報告的過程中也發現到要把繁瑣複雜的防災觀念用一般民眾能夠理解的話語去衛教也是一門學問，常常會不小心用專業的詞彙來形容，但是要讓一般民眾能配合需要用簡單的方式來傳達才能真正達到衛教的意義。

災難照護真的是很特別的一門課程，各式各樣的實用知識都能在這裡學到，很榮幸能被這麼多厲害的人教導。

護理三甲 406491427 陳明瑜

開學以來這麼多堂課之中讓我學習到，有許多的災難，他的發生是我們事先可以避免的有一些災難無法避免，但是我們可以透過事前的一些安排與規劃，然後讓災難的傷害降到最低，而這次全球爆發的 covid-19，正好就，清楚的成為一個非常好的示範，因為我們之前曾經經歷過 SARS，所以我們的國家在傳染病的防治上，相對的比其他國家更為謹慎，也因此事件發生的開始，我們就已經嚴格的防範，我們可以明顯的看得出來其他國家因為沒有針對這類的情況有立即的應變，造成了 covid-19，在其他的國家大流行，因為事情發生太快許多國家醫療資源不足人力也不足，許多人因此喪生，因為 covid-19 的發生，讓我更深深的體會到災難照護這樣課程的重要性。

在課堂之中我們也學到如何去做簡章的分類以及一些緊急狀況的處理，例如，如何去替頸椎受傷的病人做固定的動作，也上過如何穿脫防護衣，看到同學們嘗試防護衣的穿脫可以感受到穿脫一件防護衣的不容易，而防護衣為了達到良好的阻隔效果，可以感覺得出來穿在身上會十分的悶熱，這點讓我十分佩服那些前線的醫療人員，他們可以在必要時在悶熱的天氣還穿著那防護衣，替需要篩檢的人一個個做篩檢。

這堂課唯一最可惜的應該是我們沒有機會真正地去對社區的人們做衛教，只有面對面才知道，我們所設計的內容，是不是真的符合他們需求，以及我們的表達方式是否能真正的讓他們了解，這樣子我們才能從中去做改進，並調整出最合適的衛教方式。

護理三乙 406492445 蔡府祐

在這堂課裡面，我學習到在災難降臨之前是有辦法控制的，可以盡可能去避免它的發生，但是當災難還是發生時，我們面臨災難時雖然會害怕驚慌，但是我們擁有的是專業的知識，可以讓傷害降至最低，發揮出我們護理人員最大的功能，我們也從中學習到檢傷分類和緊急處理等知識，這些對於我們日後都是非常實用的知識技能，以及

我們做的衛教，我們把專業的知識用簡單的方式和言語讓民眾了解，讓更多的人可以一起遵守和守護大家的環境及健康及安全，這讓我覺得這堂課沒有白來。

護理三乙 406492471 馮永旭

在這堂課程中讓我學習了很多特別的知識，包括了災難的種類、如何預防，甚至如果災難發生了應該怎麼因應，講師們提供了非常豐富的課程內容，也很實用，我們身為醫護人員，未來不免會碰上大大小小的災難，雖然到時我不一定還能記得現在上課所學，但應該能夠記得自己曾上過相關的課程。今年遇到了 COVID-19，也就是我們這組的報告內容，透過參與防疫的現實，以及上課的理解，在藉由製作報告的過程中重新認識這個疾病，讓我對於 COVID-19 有更深一層的認識。

能參與這堂課程真的令我印象深刻，尤其是參與到防護衣課程及 EMT 課程，藉由實作的方式讓我提早認識到我未來的工作，這堂課不僅僅提供給我們知識，更給予我們眾多講師的經驗分享，在聽了這麼多經驗後，讓我對於未來工作有更大的興趣了。

四、其它附件

(一)每組學生成果 PPT

https://drive.google.com/file/d/1PFyjrS_Df9cnycX6fZI6U_hz9Q7B44sr/view?usp=sharing

(二)分組討論及相關活動照片

分組討論照片

4/28 討論照片



6/16 活動紀錄照片

團體
衛教



Kahoot
互動測
驗聽者
學習吸
收成果



**輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習計畫書**

一、自主學習計畫主題：地震

二、組別：第三組

三、課程名稱：災難照護

四、指導老師：傅秀雲

五、學生姓名與工作分配：（可以個人或團體方式執行，至多 5 人）

姓名	工作內容
李欣芸	地震中避難、Q&A 問答
李育欣	地震後恢復、Q&A 問答
曾子菱	地震簡介、遊戲測試
許雅琪	地震前的準備、遊戲測試

六、計畫內容與進度規劃（請描述透過何種行動或方法達成）

1. 計畫內容

(1.) 講解報告主題大綱

(2.) 先以遊戲測試大家對地震的應對方式(以桌子、牆壁、紙板假設擺件進行環境模擬)

- 一組派出一位同學
- 播放 30 秒災難音樂讓同學嘗試躲避
- 20 秒地震後立即反應
- 請其他同學提出糾正
- 講解迷思

(3.) ppt 報告(地震介紹、地震前的準備、地震中避難、地震後恢復)

(4.) Q&A 互動

2. 進度規劃

填寫日期：3/24

序號	工作事項	註記(心得 成果 問題)
1.	主題與內容大綱	地震災害為主題，大綱主要分為四個部分，介紹地震的成因、地震災害的預防措施、地震發生時的應變措施、地震後的保護措施。
2.	報告展現方式	Ppt 為主，運用問答與影片交錯的方式串聯內容。
3.	PPT 的注意事項	報告族群為老人，內容必須簡單易懂，大量圖片搭配簡易文字，文字必須清楚、顏色顯

	PPT 的注意事項	眼，口語生活化，運用口訣增加記憶點。
4.	下次面談完成事項	文獻以及內容大綱，ppt 的雛型，報告的方向及模式
筆記欄		

填寫日期：4/28

序號	工作事項	註記(心得 成果 問題)
1.	更改報告順序	將迷思提至最前，接著是地震中的防護，再來是介紹、地震前防災、地震後的措施。
2.	與聽者的互動方式	在報告前約五分鐘的小遊戲，藉由遊戲了解大部分人一直以來對地震避難的迷思。
3.	企劃書	互動評值 預期效果 衛教內容 工作分配 時間進度
4.	下次面談完成事項	報告前遊戲的互動方式，如何呈現，需要的道具或是空間。
筆記欄		

填寫日期：5/18

序號	工作事項	註記(心得 成果 問題)
1.	更改報告內容	新增老舊公寓地震防護、黃金三角解釋、台灣常見地震災害、主要地震傷害
2.	確認遊戲進行方式	遊戲情境題，遊玩方式，預期目標
3.	下次面談完成事項	6/1 繳交學習日誌 6/2 完整試報
筆記欄		

七、預期效益：

藉由對地震前後的介紹，讓大家更能知道發生地震時應該注意的相關事項，及地震前後需要準備及防範的各項措施，並藉由遊戲測試等實際活動加深同學對報告的印象，期待在未來發生相似事件時能做出最佳反應，以維護自身及周遭人員安全。

輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習成果報告

一、課程基本資料

- (一)自主學習計畫主題：COVID-19
(二)組別：第三組
(三)學生姓名：李欣芸、李育欣、許雅琪、曾子菱
(四)課程名稱：災難照護
(五)指導老師：傅秀雲

二、計畫成果

一. 地震簡介

1.地震的原理：

地層受到大地作用累積能量，直到地層無法承受而斷裂錯動，開始變形，並於短時間內，彈跳到新的平衡位置。長期累積的能量在這一瞬間釋放出來，產生一種彈性波，藉以將能量向四面八方傳送出去，此彈性波稱為地震波，當地震波到達地表時，引起大地的振動，即所謂的地震。而曾經斷裂過的地層，稱之為斷層，通常較易受力再錯動引發地震。

2.地震的成因：

火山爆發、地面突然塌陷、地下核爆、山崩、隕石撞擊地面及斷層錯動等均可能引發地震。在所有原因裡，以斷層錯動引發的地震最多也最重要，全世界百分之九十以上的地震均為此種原因造成，以世界地震帶的分布而言，台灣是處於最大且最活躍的環太平洋地震帶上，地震尤其頻繁，特別是花東地區。

3.地震可能造成的災害：

(1)直接的：由斷層活動導致的傷害

- 地形變動：包括山崩和地滑現象，在較陡峭的區域，地震振動會導致表土滑動、懸崖崩落以及引發其他塊體急速的向下滑落。
- 斷層活動：當斷層使地面破裂時，建築物、道路以及任何橫跨或座落在斷層上的建物與地形都會被斷層錯開。
- 土壤液化：土質疏鬆且含水飽和之地表土層，可能因為地面重複的劇烈搖晃發生土壤液化的現象，土壤發生液化後會造成建築物、道路及橋樑橋墩的破壞。
- 地面震動：地震波所造成的，它可以使建築物受到損害或完全摧毀，建築物適當的設計可以預防損害，但當強震發生時，加固過的建築物仍可能遭受損害。

(2)間接的：台灣較多是火災及人員傷亡，海嘯發生比例較少

- 火災：地面振動使火爐及瓦斯爐移位、使瓦斯管斷裂、使電線鬆斷以致於引起火災，而地振動同時切斷水管，使得沒水可以滅火。
- 海嘯：當地震發生在海底時，會造成海底地形變動形成海嘯，海嘯受到海岸及海底地形的影響，波浪急速增高，造成沿岸地區港口嚴重的破壞及生命財產的損失。

- 人員傷亡：人員死傷大多是被倒塌房屋所壓、掉落物體擊中、海嘯沖失、山崩掩埋或在引起的火災、水災中喪生，間接災害造成的人員與財物損失往往更大。

二.地震前的準備

1.建築物的安全：

- (1) 對既有的建築物耐震性評估及補強。
- (2) 對新建住宅基地地震危害度之評估。
- (3) 使用耐震性良好的建築材料。
- (4) 請專家檢查房屋結構安全，尤其是奇形怪狀的別墅或超過 20 年的老舊房屋。

2.家中物品及傢具的安全：

- (1) 室內的傢具須加以固定放穩。
- (2) 確定沒有沉重的物體，書櫃或是電視，會掉在你的床上。因為我們一天內大約三分之一的時間都是在床上。
- (3) 固定較高的家具和書架在牆上。在書架上裝置端緣以防止重的東西滑落。確定可調整的架子不會滑落。
- (4) 在櫃檯上裝置堅固的門鎖。尤其是在家裡的廚房和在工作的實驗室。將沉重的物品放置在堅固的櫃檯裡或桌上。
- (5) 固定在地震中有可能會翻倒的東西、像文件櫃、電腦和機器等。將危險的物質、如清潔劑、肥料、化學物品和石油產品放置在安全的容器裡，然後放在已固定在牆上或地上的櫃檯裡。
- (6) 請專家來檢查燈以及天花板是否有堅固的支撐。並確定你的瓦斯爐有牢固的栓在牆上，而且所有瓦斯熱水爐和其它的用品都使用軟性管子來連接瓦斯管。

3.家裡防備計畫：

- (1) 和家人在家裡或在辦公室裡練習“躲避”、“遮蔽”和“支撐”。地震時負傷和死亡大都因為墜落的物體和崩塌的建築物而引起的。如果在震動開始時我們知道如何保護自己的話，就可以保住自己的性命。
- (2) 會同家人商量屋內每一房間的安全躲避位置，以及危險位置。對行動不便的老人或盲人，事先安排協助方法。萬一房門堵塞時，要想好如何逃出房外的辦法。

4.儲備緊急食物：

- (1) 儲備紙杯，紙盤，開罐器。
- (2) 儲備吃後不會口渴的食物。
- (3) 儲備不需要燒煮或要開水調製的食物。
- (4) 把食物和石油產品分開，否則有汽油味道。避免蟲咬。
- (5) 把緊急食物放在陰涼乾爽的固定處或冰箱內，並且定期更換以免過期腐壞。

5.儲備緊急飲水：

- (1) 儲存在堅固的膠瓶內，每三個月要換一次水。
- (2) 每人每天需要一加侖飲水，要準備全家人三天的飲用量。

6.儲備緊急用具:

- (1) 手電筒、收音機、簡易炊具。
- (2) 滅火器(要演習並確定每人都會用)。
- (3) 衛生紙、雨傘雨衣、睡袋、手套、繩索、斧頭、肥皂、盥洗用具、抹布、針線

7.儲備緊急藥品:準備大一點的紅十字藥箱,存放家人常用成藥及外傷藥。定期更換成藥。最好放一副舊眼鏡以備急需。

8.確定家裡每一個人都知道以上的需要品放在那裏,而且知道如何利用它們。

9.熟悉家裡水電,瓦斯的開關位置以及如何開關的方法。

三.地震時的反應

- (1) 應立即關閉電源以防火災,然後待在家中,躲在一個穩固的桌下。遮蔽你的頭和臉以免被破碎的玻璃和墜落的物體擊中。並以雙手緊握桌腳,而且準備隨時跟它一起移動。保持你的位置直到震動停止。儘量保護頭部,切勿向室外逃跑,以免逃跑中發生意外。
- (2) 避開重大書櫃、酒櫃、衣廚、吊燈、玻璃門窗與廚窗等不穩或易碎傢俱。
- (3) 千萬不能在震動中奔跑跑到外面或者使用樓梯或電梯。很多人都是建築物外面被墜落的磚塊和其他碎擊死的。

在室外時:

- (1) 遠離建築物極可能落下之巨大物體,如:電線桿、大樹、煙囪、窗行冷氣機、招牌、玻璃窗等。
- (2) 保持鎮定,並就近尋找掩護,不要慌亂逃跑。保持鎮定俯身保護頭部。
- (3) 在公共場合不應爭先恐後,冷靜尋找出口。
- (4) 不可躲在牆邊、河、海堤或山崖附近

四.地震後的措施

- 1.檢查自己以及家人有沒有受傷。
- 2.檢查房屋損害情況,儘速離開受損建築物,疏散時請使用樓梯。
- 3.檢查家中水、電、瓦斯管線有無損害,如發現瓦斯管有損,輕輕將門、窗打開,立即離開並向有關權責單位報告。
- 4.保持救災道路暢通
- 5.聽從緊急計畫人員的指示疏散。
- 6.遠離海灘、港口以防海嘯之侵襲。
- 7.假如被困屋內;盡可能弄出最大聲音待救。
- 8.打開收音機聽取政府救助廣播。
- 9.地震發生後,切勿聽信謠言並防範強烈的餘震。
- 10.在地震發生後的幾個鐘頭之內,除非是緊急事件,不要使用電話。等安頓下來再向指定好的遠方親戚朋友聯絡站報告災情。

三、學習心得(組內每位學生皆須提供至少 200 字的學習心得)

1. 李欣芸：

從國小就有很多地震的教學課程，但是這次做了災難報告才知道，以前教的好多都是錯誤的觀念，例如以前很有名的黃金三角，但是查看現在的文獻，早就證實這是一項錯誤的資訊，又或是以前教育我們地震時要先開門，現在要變成不能開門，因為可能會造成更嚴重的傷害。我覺得這報告讓我重新了解到現在最新的資訊，讀了護理之後，注意到的資訊也和以前小時候不太一樣了。

災難照護這堂課不僅是讓我學到地震的資訊，老師請來的講師也帶給我很多知識，例如講解大型活動、運動賽事救護法規及醫護站的徐嘉鴻主任，他分享了他在萬金石馬拉松擔任活動救護站負責人的各種故事，讓我了解到一個救護站並不只是隨便設置的，他還要考慮到活動場地大小、人數、甚至是與最近醫院的距離等等的因素，有人在受傷的當下，救護站需要什麼緊急應變措施也是一門大學問，這堂課讓我收穫很多，也讓我有想從事大型活動救護的想法。

這門課程讓我了解到所謂的醫療不僅僅是在醫院病房內，各種活動、空中、甚至是突然在路上，都有醫護能幫上忙的地方，每位講師的分享，也讓我了解到每次救災背後的辛苦，這堂課我獲益良多，除了講師，我也很感謝老師，因為有老師辛苦地找來講師，我們才有如此豐富的上課內容。

2. 許雅琪：

台灣處在地震帶上，我們對於地震是在熟悉不過的，從小到大在嘉義長大的我印象中沒有經歷過規模比較大的地震，所以地震當下都是待在位置上等待搖晃完便繼續做自己的事了，經過這次的衛教活動，看了許多慘不忍睹的災後現場，開始對於地震有所警惕及認知，進而蒐集許多地震防災的知識及相關應變措施，也平反了以前的想法，例如以前認為地震來了就要馬上開門並跑出建築物至空曠地方，但其實這樣反而是最危險的，地震死傷最重通常都是因掉落物及建築引起的，應該先趴下找掩護，顛覆了以前所認知的，也想透過這次的衛教，將正確的逃生應變觀念交予更多的人，讓大家能夠在真正面臨地震災害時能夠了解其相關知識，並處變不驚的應對，大大地減低災難傷害，我認為這是這次的衛教活動我最想傳達的理念。

這次衛教的內容分成地震的成因及前中後的應變作法，如同課堂上所提及的 PPRR 概念，從充分的減災與整備工作，降低應變階段的負擔；而迅速有效的應變，則能減輕災害的損失，並減少復原或縮短重建工作；做好重建工作，亦可以成為減災的一部份。上述四個階段彼此互相關連，形成一個良性循環的狀態，讓防災工作有完美的架構足以抵抗地震災難，我們必須對於每個階段有所認知，就像建築物中的每塊磚頭、每條鋼筋，我們擁有越多應變知識，我們便越堅韌，地震災害來臨時，我們足夠撐起每個環節而無所畏懼，也期許自己能夠將這堂課程所吸收學習的應用在生活中。

3. 李育欣：

因為台灣位於環太平洋地震帶上，所以從小我們便學習許多與地震相關的知識，但知識日新月異，以前的觀念需要重新去檢視其正確性，如果不是因為做這份報告，我也不會知道原來黃金三角及開門是錯誤的，災難包則是要等地震後才能拿取，很多

我們自認為正確的觀念，其實在地震發生時，會增加我們遇難的風險，透過這份報告，我改正了我以往固有的錯誤觀念，同時也學習到如何前顯易懂的衛教，這對我們以後團體衛教提供很寶貴的經驗，因為當我們社區實習時，所需要衛教的可能有老人家，他們的知識水平可能不是很高，所以如何讓他們能聽懂我們所要傳達的知識，就是一件很重要的事。

而災難照護這堂課也讓我學習到很多課本上所學不到的知識，像是毒化災、醫療後送，大型活動賽事救援等，其中防護衣穿脫更是令我獲益良多，對於未來要站在第一線守護人民健康的我們，自身安全也是很重要的，防護衣就是其中一種保護我們的方式，此外對於 EMT、空中醫療運送等與醫療體系相關的人員，也有更為深入的了解，聽取這些講師講述他們相關經驗時，可以看出他們的熱誠，這種精神很值得我們學習，也很感謝老師請來這麼多優秀的講師，增廣我們的見識，希望我未來能將課堂上所學的知識，實際運用並幫助更多人。

4. 曾子菱：

生活在於板塊活動帶上活躍的台灣的我們對於地震一點都不陌生，不陌生搖晃的感覺；夜半的驚醒；猶疑的思索，但卻也從未主動的去深入了解它，只在書本及學制教育中略微學過，所謂的演習也只是做做樣子的頭頂書包到操場集合，但當地震真正發生時誰也無法預料這樣的學習經驗能發揮多少成效，即使從小在台中長大，距離當初 921 地震的重災區非常近，但地震發生當時也只有兩個月大，只聽過長輩抱著還待在強裸裡的自己艱辛逃難，像在聽別人的故事一樣，一切僅憑想像，對於當初地震造成的嚴重災難從來沒有辦法深刻的體會，但其實生活在這麼容易發生地震的地方，民眾對於具備預防及處置地震的知識是及其需要的，不能因為習慣了地震的存在而忽略它的重要性甚至是危險性。

因此藉由這次的自主學習計劃，除了先吸收課堂上各位講師分享的專業領域，再利用前人的經驗分享收集了許多過去未曾注意的災害知識，並且經過與組員深入淺出的探討各方面相關知識，再與助教學長姐們整理討論後，與同學分享，不僅加強自身的學習印象，發現許多過去誤解的迷思，以及隨著時間推演最新發展的災難求生知識，同時也希望能夠幫助同學及周遭的家人朋友在危機發生時做出合適的應對，讓更多人能在地震發生時不會過於驚慌失措，能鎮靜地做好當下需要的反應，以避免造成不必要的傷亡，盡可能將「災難」程度降至最低。

六. 資料來源

內政部消防署官方網站，取自 <https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php>

中央氣象局官方網站，取自 <https://scweb.cwb.gov.tw/zh-tw/page/disaster>

台灣地震科學中心官方網站，取自 <https://tec.earth.sinica.edu.tw/>

四、其它附件

(一)每組學生成果 PPT

<https://drive.google.com/file/d/1FYHsxFeruEfN9OQEB-yfPAVgYecFkvyr/view?usp=sharing>

(二)分組討論及相關活動照片

分組討論照片

4/27 討論
照片



6/16 活動紀錄照片

團體衛教



遊戲模擬
地震情境
互動，測
驗聽者對
地震緊急
應變的認
知。



學生表現
優異，老
師講評授
獎，並請
同學發表
心得。



**輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習計畫書**

一、自主學習計畫主題：災難照護團體衛教/火災

二、組別：第四組

三、課程名稱：災難照護

四、指導老師：傅秀雲

五、學生姓名與工作分配：（可以個人或團體方式執行，至多 5 人）

姓名	工作內容
張琳儀	資料蒐集、統整 PPT、整理書面資料、自主學習計畫書紀錄
林諭婷	資料蒐集、統整 PPT、互動題目設計、日誌紀錄
黃郁珊	資料蒐集、統整 PPT、互動題目設計、PPT 美編
王育萱	資料蒐集、統整 PPT、整理書面資料、PPT 美編

六、計畫內容與進度規劃 (請描述透過何種行動或方法達成)

報告內容分為居家火災預防、火災救援措施、澄清火災逃生舊有錯誤、指導正確之逃生知識。

透過了解社會當中的居家火災案例，並分析容易造成居家火災的危險因子有哪些，透過圖片教導大家逃生路線、並且使用互動問與答，大家更清楚地記住火災逃生的步驟及該注意的事項。

七、預期效益：

透過此份報告，組員及其他同學能夠正確了解火災的正確防範知識，以及遇到火災時，該如何運用周遭的器具來滅火，並能夠學習到正確的火災逃生知識。

輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習成果報告

撰寫日期：108 年 5 月 18 日

一、課程基本資料

(一)自主學習計畫主題：災難照護團體衛教/火災

(二)組別：第四組

(三)學生姓名：張琳儀 林諭婷 黃郁珊 王育萱

(四)課程名稱：災難照護

(五)指導老師：傅秀雲

二、計畫成果

(一)自主學習歷程：

1.如何訂定主題？

有鑑於，學期期間，許多居家火災發生及錢櫃大火意外的發生，讓組員了解到火災的可怕，並希望大家在平常的日常環境中，可移除減少火災發生的物件，並且熟悉了解逃生的步驟。

2.分工分配及執行狀況？

姓名	工作內容
張琳儀	資料蒐集、統整 PPT、整理書面資料、自主學習計畫書紀錄
林諭婷	資料蒐集、統整 PPT、互動題目設計、日誌紀錄
黃郁珊	資料蒐集、統整 PPT、互動題目設計、PPT 美編
王育萱	資料蒐集、統整 PPT、整理書面資料、PPT 美編

組員皆確實配合每次的會議討論，並用心負責自己的任內工作

3.是否遇到什麼難題？

在 PPT 的製作及內容的精簡化過程中，都經過與學長姐的討論，了解尚可改進之地方，並完成修改。

(二)成效說明與實際產出：

1、自主學習日誌

學生自主學習日誌 日誌 1

填寫日期：2020/03/24 紀錄人：林諭婷

序號	工作事項	註記(心得 成果 問題)
1.	討論企劃主題	以居家火災為軸心主題，做針對老年族群的火災相關衛教
2.	主題大綱	討論主題大綱 1、案例分享 2、危險因子 3、預防事項 4、救援措施
筆記欄： PPT 內容須淺顯易懂，針對特定族群給予適當衛教，字數不宜過多，可用貼近身活的案例引起共鳴。		

學生自主學習日誌 日誌 2

填寫日期：2020/04/28 紀錄人：林諭婷

序號	工作事項	註記(心得 成果 問題)
1.	討論大綱細項	1、 圖片多 字體大 2、 內容可以更深入一點 3、 案例可以使用錢櫃火災 不需針對老人族群而已 4、 救援措施加更詳細的注意事項如：遇到火災該怎麼跑、濕毛巾為錯誤的觀念、關門的重要性、強調消防設備的重要性、報案時溝通內容 5、 危險因子可再加 延長線、吹風機、手機充電 6、 預防：隔絕火源的方法、滅火器使用方法、用水滅火的迷思、維持消防通道通暢的重要性
2.	書面資料	word 文案增加：衛教主題、對象時間、工作分配進度、預期達到效益
筆記欄： 對象族群改普遍大眾，增加對於各年齡層而言遇到火災的危險及預防救援措施。		

學生自主學習日誌 日誌 3

填寫日期：2020/05/18 紀錄人：林諭婷

序號	工作事項	註記(心得 成果 問題)
1.	討論投影片內容	1、字體大加大 2、新聞案例擇一說明就好 3、內容更加口語化 4、危險因子部分可多和生活結合
2.	書面資料	增加紀錄詳細書面資料
筆記欄： 6/1 準備完整 PPT 以及書面資料 試報		

學生自主學習日誌 日誌 4

填寫日期：2020/06/01 紀錄人：林諭婷

序號	工作事項	註記(心得 成果 問題)
1.	討論投影片內容	1、要多增加互動過程 2、衛教內容要增加互動問題
2.	討論書面資料內容	修改互動題目內容 避免有爭議性的選項 題目語句要更清楚明瞭
筆記欄： 6/8 試報		

2、書面資料

一、前言

據內政部消防署（2020）之火災統計資料，109 年 4 月發生最多次之火災類別是居家火災，而其發生之原因為爐火烹調，主要傷亡因素為有害氣體之吸入，由此可知其實居家火災之發生率相當高，除了火災發生後的求生方式，事前預防也是非常重要。本次報告將教導大家如何預防火災，及遇到火災時該如何應變。

二、案例（新聞）

『高雄透天厝大火！ 高醫前院長「女兒一家 5 口」搶救無效亡』
（時報週刊林妍君高雄 3 日電）高雄市三民區大連街 5 樓透天厝今（2020/05/03）發生火警，造成 5 人受困火場。警消到場後趕緊佈水線搶救 2 大 3 小皆在 4 樓尋獲，找到時已無生命跡象，身上有燒傷、燻黑的痕跡，一家 5 口送醫後，仍宣告身亡。警消指出，**屋內裝潢都是易燃物**，加上有**鐵窗、強化玻璃阻隔**，導致室內溫度極高，搶救不易、逃生困難。

三、居家火災之危險因子

- （一）易燃物品：紙箱、書本、垃圾、浴簾、棉被。
- （二）用火安全：香菸、線香、打火機、瓦斯、熱油。
- （三）居家電器：插座、微波爐、電視、電腦、電風扇、烤土司機、熱水壺、熨斗、吹風機等等。

四、居家火災之預防

(一) 易燃物品：

- 1.平常應擺放整齊並應遠離火源。

(二) 用火安全：

- 1.吸菸者應使用大開口且具深度之煙灰缸，並確認無餘火。
- 2.養成人離火熄之觀念。
- 3.使用火源時應小心並隨時注意安全。
- 4.睡前應熄滅蚊香等微小火源及確認瓦斯關閉。
- 5.插線香時注意位置，勿於家中燒金紙。

(三) 電器用品：

- 1.使用定時開關、安全標章的電器用品。
- 2.加裝住宅用火災警報器。

(四) 逃生：

- 1.熟悉家中逃生路線、出口及滅火器位置。

五、救援措施：

火災發生時切勿慌張，務必保持冷靜，應先通知周遭的人並且撥打119報案，報案時請完整敘述以下事項：1.火災發生地點之完整地址 2.受困之樓層 3.受困之人員數量 4.受困人員之傷勢 5.所處地點之火勢大小，報案之後必須確認逃生路徑，遇濃煙時勿強行穿越，避免嗆傷，須退回相對安全區，並關上房門以毛巾或衣物塞緊門縫隔絕火源，等待救援。

1.火源初萌

先確認安全逃生路線是否暢通→取得滅火器並前往滅火→當火勢擴大或無法自行撲滅→立即前往安全退路方向退出起火居室→關上起火居室的門以防止火勢及濃煙擴散

2.火勢擴大時火災逃生避難流程

(1)開門，往一樓往外逃生

火場逃生最佳策略就是離開建築物，而離開建築物最好的方法就是往一樓往外逃生，而且由於煙平均上升速度為每秒3~5公尺，人平均往上速度為每秒0.5公尺，人往上跑是跑不贏煙的，因此火場逃生原則為往下逃生。另外，在開門之前應先觸摸門把測試溫度及觀察門外是否有煙霧。如果門把溫度很高覺得燙手時，表示門的另一邊已是高溫的狀態，切勿開門，並改採其它逃生避難路線；若未感高溫，則先開一條門縫觀察門外狀況是否有煙霧，若無煙霧再行逃生，並隨手關門，以防止火勢及濃煙擴散；若有煙霧則不可嘗試穿越煙霧逃生，應關門退回室內，並用衣物或毛巾將門縫塞住，防止煙霧流入，改採其它逃生避難路線。

(2)至樓梯間未見煙霧，即可繼續往下往外逃生

只有在確認樓梯裡沒有任何煙霧時，才可以選擇走樓梯往下避難，選擇走有防火門的安全梯逃生是最佳選擇（因為關上防火門可阻絕火勢及濃煙擴散至安全梯間，形成安全的逃生環境）。

(3)樓梯間往下逃生時發現煙霧，應改採水平方向尋找其它逃生避難路線

如果發現有煙霧從樓梯間下方蔓延上來，表示下方發生火災，是一個很危險的環境，此時不應改往上跑，也不應繼續往下跑（不

可嘗試穿越煙霧逃生），而應選擇水平方向尋找其它逃生避難路線，並關門以防止火勢及濃煙侵入，再用衣物或毛巾將門縫塞住，防止煙霧流入。

(4)平時應規劃 2 個方向逃生路線，當主要逃生出口無法往下往外逃生時，請尋找第二逃生出口往下往外逃生；若第二逃生出口也受阻礙，則改往相對安全空間關門避難，等待消防人員救援

火場內若遇到門把溫度很高覺得燙手、開門發現門外有煙霧、樓梯間往下逃生發現煙霧蔓延上來等情形，而且也沒有其它往下往外的逃生路線時，應立即關門以防止火勢及煙霧侵入，再用衣物或毛巾將門縫塞住，防止煙霧流入，並改往火、煙、熱的反方向尋找相對安全空間，如離火、煙、熱最遠的陽台或房間，房門必須是可以緊閉關上的木門而非無法阻絕高溫與濃煙的塑膠門或玻璃門，讓自己處在一個相對安全的空間內避難，並撥打 119 求援，記得詳細告知 119 待救人員的所在位置，等待消防人員救援。

六、119 逃生通報內容

事：發生什麼事？請求協助事項？有無民眾傷亡？受困待救及人數。

地：發生地點？（某街/路、某巷、某弄、某號、幾樓、附近明顯標誌）

物：場所？起火建築物是幾樓高，起火是在第幾樓層，受困的人在什麼位置，燃燒何物、目前火勢大小，有無儲放或生產易燃易爆的危險物品。

人：報案者身分、姓名、聯絡電話或現場其他聯絡人最直接之手機或電話。

時：事件發生時間及經過。

七、舊有錯誤觀念澄清

(一) 遇到火災時，開門逃出去 VS 躲浴室

正確觀念為：開門逃出去

1. 許多浴室皆無對外窗，無法呼救外援及避難逃生

2. 許多浴室門皆為塑膠製作而成，遇熱很容易融化

3. 浴室門下方有通風百葉窗，濃煙容易跑進浴室內

(二) 應往上逃生 VS 往下逃生

正確觀念為：往下逃

1. 因火災濃煙每秒可上升 3-5 公尺，人的速度比煙還慢

2. 樓層越高溫度越高，除非住地下室，絕對不能往上跑

3. 若逃生通道安全順暢，盡快逃生

(三) 得知有火災時，應趕快開門 VS 且慢

正確觀念為：且慢

1. 應先確認火勢是否已延伸生到門外，火如果在外面，門把或門板，就有可能是燙的，直接觸摸，極有可能會被燙到

2. 可先用手背摸門把或門板，測試溫度

(四) 遇到火災時，用濕毛巾摀住口鼻 VS 且慢

正確觀念為：不使用濕毛巾摀住口鼻

1. 濕毛巾擋不住濃煙的毒氣及高溫

2. 會擋住氧氣使人無法呼吸

3.濕毛巾遇熱會產生灼熱的水蒸氣，造成呼吸道灼傷

八、滅火器使用

(一) 乾粉滅火器

可使用於普通火災、食用油/炸油火災、電器火災，為市面上最常見之滅火器。每3年需更換藥劑，使用時，應乾粉容易飛散，而阻擋視線影響逃生路線之能見度，若吸入會造成吸入性損傷。

(二) 二氧化碳滅火器

只可使用於電器火災。外觀上無壓力表，有效期限內皆可使用，因內部為氣體式藥劑，因此使用時無粉末飛散，不影響逃生視線。

九、緩降機之使用

口訣為:掛、丟、套、束、推

掛：將緩降機掛於固定架上

丟：把輪盤往下丟

套：把安全鎖帶套於腋下

束：安全鎖戴上的束環束到胸口

推：往下跳並推牆壁

十、參考資料：

內政部消防署(2020)·109年4月火災概況暨109年1至4月全國火災次數、起火原因及火災損失統計表·取自

https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&flag=detail&ids=220&article_id=7843

內政部消防署(2020,5月31日)·發現火警，請打119報案電話·取自

<http://enews.nfa.gov.tw/V4one-news.asp?NewsNo=8561>

內政部消防署(2020,5月31日)·逃生避難原則·取自

<https://www.nfa.gov.tw/cht/index.php?code=list&ids=269>

HowFun(2020,4月6日).永澤家又失火啦.取自

https://www.youtube.com/watch?v=TesMAPiT_EM

新竹縣政府消防局(2020,5月31日)·逃生避難原則-防災常識·取自

<http://fire.hsinchu.gov.tw/sense/show.php?itemid=127>

CTWANT新聞網站(2020,5月3日)·更新／高雄透天厝大火！高醫前院長「女兒一家5口」搶救無效亡·取自

<https://www.ctwant.com/article/48996>

3、互動題目

(D)有那些東西不是火災的危險因子

A、報紙 B、延長線 C、未熄滅的菸蒂 D、原子筆

(D)大樓共十層樓，目前火災發生於三樓，火苗尚小，你人在二樓，請問該如何逃生？

A、搭電梯往上 B、搭電梯往下 C、樓梯往上 D、樓梯往下

(A)大樓共十層樓，目前火災發生於二樓，火勢蔓延至三樓，你人在二樓，請問該如何逃生？

A、樓梯往下逃生或往二樓煙最淡的方向跑 B、搭電梯往上 C、搭電梯往下
D、樓梯往上

(C)現在發生火災，下列何種行為較不合適？

A、打電話至 119 報案 B、不可乘坐電梯 C、拿濕毛巾摀住口鼻 D、逃出時
將門關閉隔絕火源

(B)緩降機的正确用法？

A、掛、套、束、丟、推 B、掛、丟、套、束、推 C、丟、掛、推、套、束
D、掛、套、丟、推、束

(C)家中電器用品需要注意那些狀況，以下何者為非？

A、注意電器用品的使用年限 B、安裝火災緊報器 C、延長線可以使用過載
D、不使用時將插頭移除

三、學習心得(組內每位學生皆須提供至少 200 字的學習心得)

張琳儀：

在修災難護理這門課之前，所學到的護理皆是著重於在醫院內的護理照護，鮮少會接觸到急救或是大型災難的護理，透過這門課，了解到很多不同的大型災難，所要準備的護理人力或是醫療資源皆是不同的。並且在急診救護上，也分為許多不同的等級，在第一時間的反應及指揮的角色也非常重要。在課堂當中，透過不同專業的專家老師來為我們講解災難應對及案例的分析，讓我印象更加深刻。

剛好在這學期的開始，世界爆發了武漢肺炎如此嚴重的疫情，人心惶惶，此類流行病爆發也算為一種大型災難，在許多國家第一時間所採取的措施，就可預估此國家未來疫情大爆發時可能會面對之問題。所幸在台灣在 2003 年時，受過 SARS 的重大影響，在這次台灣的防疫我認為是在世界排名中非常前面的名次，台灣已經了解到在遇到疫情大爆發時，需要做到許多超前部署的防疫措施，其實透過這次的武漢肺炎的處理，也了解到第一線醫護人員的重要性及願意為國民犧牲奉獻的責任心，讓自己身為一名準護理師，更加期許自己在未來也能為眼前的病人及國民把關大家的健康，同時也知道在保護其他人之前，自己的健康及心理狀態都需準備到最大程度，才能夠應付疫情的失控。且透過每次的災難護理當中，去思考若未來再碰到同樣嚴重的疫情時，是否有能夠做到更好的地方，在這學期中，很有榮幸能夠親眼看到防疫時必備的防護衣穿脫，並且老師費心地為我們介紹防疫的配備，並且提到這次台灣的防疫物資及防護衣都在全球上受到矚目，心中確實會有一股驕傲的感覺，希望在未來自己也能夠做到對自己感到驕傲的護理師。

林諭婷：

其實一開始對於災難沒有太大的概念，覺得自己可能一輩子都與之無關，但在上了這麼多相關課程中，才發現災難其實一直都在我們身邊伺機潛伏著，一個不注意，就會引起極大的災況。

像是新聞上常報導的失火、毒物、疫情等狀況，其實在沒上這堂課之前，我連毒化災是什麼都不知道，但在講師清楚的說明和互動，學習到了在毒化災中，又要仔細區分為是什麼樣的毒物災害，針對不同情況又要給予不同的處置，像是化工廠粉塵意外時，絕不可直接用水沖洗，要將身上粉塵以毛刷清除乾淨後才可進行下一步的處理，還有在除汙時也需要將全身衣物脫除，以使清除效果最佳化等等的狀況。

另外也很印象深刻的是在學習大量傷患處理流程，以前也都沒有接觸過相關知識課程，也都以為自己不會碰到所以不需要去學，但在了解之後發現其實很重要也很實用，像是在緊急檢傷要如何執行分類以及如何區分緊急急救和輕微傷患，在固定技術上的實作也讓我收穫很多，不是從紙本上教學，而是真正去操作演練，學習不同的挫傷狀況，應使用不同的固定方式以保護病患避免損傷處加劇，並且在過程中要注意哪些狀況。

以及儘管之前對於火災本就有些微認識，但透過此次報告，真正去了解以後才發現，隨著時代和知識的進步，很多舊有的知識觀念都在更新，並且對於求生救援有更多不同的方法和措施，也因此理解到在衛教傳遞訊息上是多麼重要的途徑，透過雙向的互動、交流，不僅可以給予人們正確的防火知識概念，並且也能使我們自身有更多的學習經驗和成長，雖然這次很遺憾因為疫情關係沒辦法進行社區衛教，但在這過程中，對於災難、照護、救援，有了更多的了解和學習，也希望日後可以靈活運用相關知識，給予合適、正確的照護於需要的人身上。

黃郁珊：

災難是什麼?何為災難的定義?過去的我認為災難一定是那種很多人死亡，或是有天災發生才叫災難，實際上災難可以是居家的小火災，也可以是空難或地震等。天有不測風雨，每當災難發生時，未來身為醫護人員的我該如何去應對，如何去發揮知識及膽識，冷靜熟練的幫助受難者，在這堂課上我學到了許多基本課程無法額外交授的知識，像是如何應對毒化災，尤其我自己又有進實驗室做實驗，對於我來說尤為重要，當實驗室發生事情時能第一時間處理；時常出現於日劇的檢傷分類，時不知其實檢傷是有一套 START 準則，而非我們專業知識的認知下分的等級，整隻手斷掉但仍可

行走者在我們看來容易會失血死亡，然在此標準下則被分為綠色；在我目前生涯中仍未有接觸的空中醫療，記憶中只有美劇才會出現，或是那種較發達的國家才有，孰不知台灣本身就有組織是從事這類工作，甚至到防護衣也有台灣本身 MIT 製造的優良品質，感謝有災難照護的課程，讓我不僅有知識，還有了更廣闊的見識。

在護理基礎教育中，對於災難的應變與處理幾乎沒有教到，以後職場上，時間是不等人的，假設我們比其他人有更多知識時，當下能縮短反應及措施執行的時間，對病人來說也能有更高的存活機會，或許災難不常見，然能用自己的時間學習，於短時間內挽救一個生命，盡而去協助其他病人，對我們醫護人員來說很值得。

王育萱：

近期在社會上發生了很多火災事故，也很遺憾地導致傷亡，因為這些災難的發生使我們更加重視火災，而透過這次的報告讓我們對於火災的預防及求生有更近一步的認識，甚至更正了很多我們固有的錯誤觀念，也學會了緩降梯跟滅火器的應用，在完成整份報告之後發現自己也學到了不少，也覺得必須把這些重要的知識及資訊分享給大家知道，因為大眾總是覺得災難的發生離自己很遠，但殊不知災難將會在未知的時刻悄悄地降臨在我們身邊，所以平時做好防範措施是非常重要的，希望大家透過我們的報告能學習到火災的預防以及遇到火災時該如何逃生，將災難的發生率及災難的傷亡數降至最低。

整學期的課程結束後，學到了非常多有關災難的知識，其中讓我最印象深刻的是防護衣的講座，剛好因為當時疫情較為嚴重，所以對於防護衣想要更深入了解，正好老師就安排了防護衣講座，而在那堂講座中除了說明目前台灣防護衣技術之概況，我覺得更珍貴的是讓同學能親自以正確的方式試穿防護衣，聽完講座後也讓人更加讚嘆台灣的防疫成績；此堂課程尚有許多災難知識課程，像是消防、空中醫療、大型活動災難預防還是毒化災，各個課程都是我以前從未接觸過的領域及知識。雖然這次因為疫情關係沒有參與到我最期待的急診室與消防隊參訪，但也因此學到了很多平常不會接觸到的知識，期許未來能將所學之知識與技能應用在護理專業上，很謝謝老師邀請眾多學者來為我們上課，會推薦同學與學弟妹來修災難護理之課程。

四、其它附件

(一)每組學生成果 PPT

https://drive.google.com/file/d/1_gPoiRF9aArh5l5ldC1Zor_mMjztovJ8/view?usp=sharing

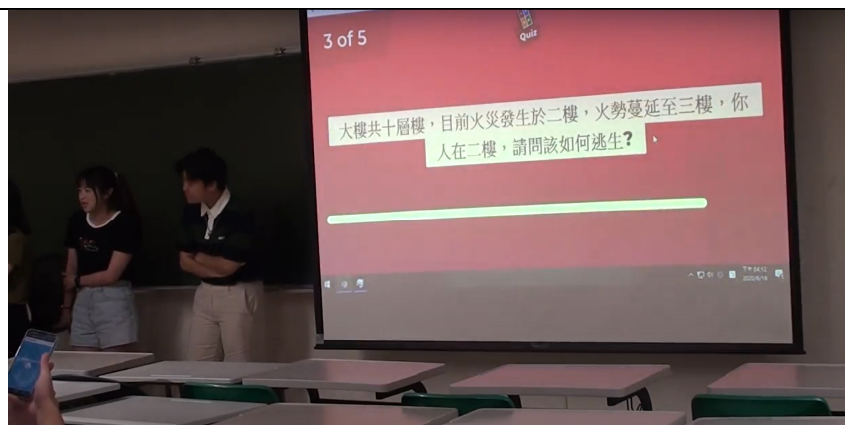
(二)分組討論及相關活動照片

6/16 活動紀錄照片

團體衛教



Kahoot 互動測驗聽者吸收成果。



學生表現良好，老師授獎。



輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習計畫書

一、自主學習計畫主題：車禍應變處置

二、組別：第五組

三、課程名稱：災難照護

四、指導老師：傅秀雲老師

五、學生姓名與工作分配：（可以個人或團體方式執行，至多 5 人）

姓名	工作內容
林瑩錚	衛教內容、逃生路線設計、PPT 製作
歐慈霖	衛教內容、逃生路線設計、PPT 製作
陳湘昀	衛教內容、逃生路線設計、PPT 製作

六、計畫內容與進度規劃(請描述透過何種行動或方法達成)

1. 衛教時間：30-35 分鐘

2. 衛教對象：老人、小孩

3. 內容大綱：

(1)PPT：前測、論述車禍案例、介紹車輛配置、逃生路線、小客車行車安全檢查、傷者處置、CPR & AED、後測

(2)用影片展現車禍受傷處置

(3)互動：詢問問題

七、預期效益：

1. 能簡潔明瞭的呈現車禍發生時如何應變，讓每個人在意外發生的當下安全的逃生。

2. 每個人乘坐大客車時會記得做安全措施，例如：系安全帶。

3. 衛教對象可以說出預防災難發生的方法。

*前測：

大家都有搭遊覽車的經驗吧，那麼想要請問一下，大家知道遊覽車上面有哪些安全裝置嗎？

壹、論述案例

2017 年賞櫻團車禍

2017 年 2 月 13 日晚間九點期間，一輛從武陵國家森林遊樂區經由宜蘭返回臺北的遊覽車，在行經蔣渭水高速公路(國道五號)時，準備進入福爾摩沙高速公路(國道三號)往木柵方向，在過彎時因超速以及煞車不及而直接衝出護欄、翻落邊坡。根據事發當時後方車輛之行車紀錄器顯示，事故車輛在通過彎道時未減速，導致翻落國道邊坡。檢調檢查車上的車速記錄器(俗稱「大餅」)後發現，遊覽車車禍事發時，時速約為 60 公里。該路段(南港系統交流道)匝道速限為 40 公里，未依規定減速，明顯超速 20 公里。

案發當時國道遊覽車翻覆現場，消防車、救護車、大吊車聚在搶救封鎖線內外，消防局救護人員、民間救難人員、警察、記者...儘管現場人數不少，但除了搶救的機械聲、車輛發動聲，沒有太多雜音，大家都關心著「能不能再救出生還者」。「這麼嚴重的死傷車禍、這麼慘的現場。」一具具遺體，被移到救護集結區，由救難人員替他們蓋上白布，葬儀社人員也趕抵現場，替罹難者誦經，如此慘的狀況，讓救難人員相當感傷。據指出，肇事的蝶戀花旅行社專營便宜又大碗的國內一日旅遊行程，參加者以中老年人居多。消防署統計，遊覽車內共 44 人，其中 33 人死亡(包括司機、導遊在內的 30 人被證實當場死亡,3 人在送往醫院後宣告不治)，11 人傷。11 名傷者在各大醫院接受救治，其中有 9 位仍在加護病房密切觀察與治療中。另有醫師指出，有傷者腦震盪、頭暈、噁心等症狀已陸續緩解，但可能因重大傷害導致不想講話、情緒低落。

事發後經由轄區台北地檢署、士林地檢署勘驗現場指出，出事時地面無遊覽車明顯煞車痕，道路護欄均有遊覽車摩擦後的痕跡，不排除為司機因駕駛時間過長出現疲勞駕駛等狀況引起。

貳、車輛配置&逃生路線

一、滅火器*2

(一)駕駛座後方(二)車身後段

*使用:1.拉開安全插銷

2.拉住皮管朝向火苗

3.壓下手柄朝火源根部噴灑(口訣:拉拉壓)要注意使用期限跟壓力表

二、緊急逃生口

(一)安全門:通常在車身左側的中段或後段

(二)安全窗

(三)車頂逃生口：轉開把手，在前後往上推

三、車窗擊破器

(一)大客車上至少放置三具:司機附近、車身前左後右或前右後左

(二)緊急時朝車窗的四個角落敲擊，因四個角落是車窗最脆弱的位置

參、小客車行車安全檢查

一、檢查底盤有無異物

二、檢查胎紋胎壓

三、檢查五油(燃料油、引擎潤滑油、轉向機油、變速箱油、煞車油)

四、檢查三水(引擎冷卻水、雨刷清潔水、電瓶水)

肆、傷者處置

一、外傷-大量出血

*症狀：出血

*原因:撞擊或其他原因都可能令司機的頭頸部或胸部受到外傷。

(一)檢查：

頸部的血管是最重要的部位，最好先檢查頸部是否出血。

(二)包紮止血：

在大量出血時最好能用毛巾或其他替代品暫時包紮，以免失血過多，
能撐到醫務人員到來後仔細處理傷口。

(三)隨時準備毛巾：

車上最好常備乾淨毛巾等物品，在緊急情況下會有大用場。

二、骨折

*症狀：肢體疼痛，腫脹畸形

(一)搬動傷者前確定傷肢不會發生相對移動：

血管和神經都可能在搬動時受到傷害。

(二)包紮：

找木板或是較直、有一定粗度的樹枝，同時用三根固定帶將兩至三塊木板在傷肢的上中下三個部位橫向綁紮結實。

三、.肝脾破裂出血

*症狀：腹部疼痛

*原因：方向盤靠下，發生撞擊時，肝臟和脾臟等器官最易受到侵害。

假如肝脾破裂，發生大出血時通常會伴有腹痛。疼痛並非難以忍受，傷者的神智仍清醒。

(一)判斷環境：

首先要判斷清楚待在車裡是否安全，如果車子有起火等隱患，則要緩慢地離開車。

(二)移動緩慢：

但最好不要長距離走動，同時動作要緩慢。等候急救車的時候也不要隨意走動。

四、腹部外傷急救

(一)CPR：

如遇呼吸心跳停止應立即進行人工復甦。

(二)腸子外露：

若傷者腸子露在腹外時，不要把腸子送回腹腔，應將上面的泥土等用清水沖乾淨，再用乾淨的碗盆扣住或乾淨布、手巾覆蓋，並用繃帶、布帶纏住，防止感染。

(三)姿勢：

傷者屈膝仰臥，安靜休息，絕對禁食。

(四)止血：

如有出血時應立即止血。

伍、CPR & AED

STEP1.確保環境安全

如果發現有人倒在路上一動也不動時，請先確認自身及患者周遭的環境是否安全，再前往患者身邊察看。假設自身或患者身處的環境不是很安全，應依個人的能力，找人協助並營造出安全的空間，例如用汽車車體保護車禍倒地的患者。

STEP2.救命步驟——叫、叫、壓、電

第一個「叫」：確認意識

首先可透過呼喚患者、輕拍雙肩來評估患者是否能對這些外來刺激做出反應。如果患者完全沒有動靜，包括沒有移動肢體、沒有發出聲音、沒有眨眼等動作，這樣才可確認此患者沒有意識。評估患者的意識操作

第二個「叫」：大聲呼救、撥打 119、設法取得 AED

當你叫患者時，他完全沒有反應，接下來就要大聲呼救、撥打 119（「不要」掛掉電話）、設法取得 AED，並聽從 119 人員指示。

仔細觀察患者口鼻有無正常的呼吸及胸腹部有無起伏。當發現患者完全沒有呼吸，或幾乎沒有呼吸，那麼就別猶豫做胸外按壓了！

STEP3.開始胸外按壓

（一）請跪在患者的側邊，膝蓋盡量靠近患者的身體，兩膝打開與肩同寬。

※說明：

1. 胸外按壓與人工吹氣的比例為 30 比 2，亦即壓 30 下後吹 2 口氣，壓胸與吹氣步驟交替不間斷，直到患者開始有動作或有正常呼吸或救護人員到達為止。

2. 在民眾 CPR 簡易版中，倘若施救者不願意跟患者口對口做人工吹氣的步驟，那麼此吹氣步驟可以省略，就一直胸外按壓即可。

（二）將一手掌根置於胸骨下半部（亦即兩乳頭連線的中央），手指朝向對側，另一隻手掌交疊於第一隻手的手背上，使雙手重疊平行或互扣。手肘需打直，雙肩前傾至雙手的正上方。

（三）利用上半身的重量垂直向下壓，且施力集中於掌根處。下壓深度 5-6 公分，且按壓速度為每分鐘 100-120 下（約每秒 2 下）。每次按壓後掌根不可以離開胸部，但必須放鬆使患者胸部回彈至原本的厚度，壓與放的時間各佔 50%。壓胸的動作儘量避免中斷，中斷的時間勿超過 10 秒。為了方便記憶，請熟記壓胸口訣「用力壓、快快壓、胸回彈、莫中斷」。

STEP4.使用 AED 評估是否「電」擊—開、貼、(插)、電

(一)打「開」AED 的電源開關，並遵照 AED 機器的語音指示操作。這時，施救者請持續 CPR，莫中斷。

(二)拉開患者的衣服，並將電擊貼片依機器上的圖示，「貼」在患者裸露的胸壁。一片黏在左邊乳頭下方偏外側處，另一片黏在右邊乳頭上方。將線頭插入電擊插孔(有些機器的線頭已經接在插孔上面，這時就不用進行插入的動作)。這時，施救者請持續 CPR，莫中斷。

(三)將線頭插入電擊插孔(有些機器的線頭已經接在插孔上，這時就不用進行「插」的動作)。這時，施救者請持續 CPR，莫中斷

(四)AED 貼片就位後，AED 會自動分析心律並語音指示：分析心律，不要碰觸患者身體。這時，請停止壓胸或吹氣，讓 AED 判斷所分析的心律是否需要去顫電擊：

-若 AED 發出建議電擊語音時，施救者請大聲喊：大家離開！再確認沒有人碰觸患者後，按下電擊

-若 AED 不建議電擊語音時，請繼續做壓胸的動作

*後測：

一、大客車容易造成外傷有哪些，請舉例

二、請同學上來示範如何傷者處置

輔仁大學 109 年高教深耕計畫【自主學習課程補助計畫】
學生自主學習成果報告

撰寫日期：108 年 4 月 28 日

一、課程基本資料

- (一)自主學習計畫主題：車禍應變處置
- (二)組別：第五組
- (三)學生姓名：林瑩錚、歐慈霖、陳湘昀
- (四)課程名稱：災難照護
- (五)指導老師：傅秀雲老師

二、計畫成果

- (一)自主學習歷程：（請回顧整個自主學習之執行步驟，摘要寫出歷程）

1.如何訂定主題？

主題是依照我們的案例「2017 年賞櫻團車禍」所訂定，我們內容主要是說明如何在遇到車禍時做出最有效的處置。

2.分工分配及執行狀況？

我們的分工都是同步進行的，和學長姐討論，一起約定時間製作出書面、簡報、影片等。

3.是否遇到什麼難題？

過程中在想要以哪一種形式呈現我們的報告，花了比較多的時間，後來與學姊討論，以拍攝影片的方式呈現。

- (二)成效說明與實際產出：

- 1. 論述案例 - <https://www.youtube.com/watch?v=EUBMKHHH7NE>
- 2. 車輛配置&逃生路線 - <https://www.youtube.com/watch?v=GwYkROfvNco>
- 3. CPR&AED - <https://www.youtube.com/watch?v=zE2TVhkF5B8>

三、學習心得(組內每位學生皆須提供至少 200 字的學習心得)

湘昀個人學習心得：

這學期得每一堂課都非常貼近現實，日常生活中有可能遇到的災難，要如何應對處理，面對不同得情況，要採取甚麼方式，比如在大規模的災難中，如何快速檢傷，在短時間內做出最有效的處置，將傷害降到最低。印象最深刻的是隔離防護衣的課程和消防隊緊急救護實務，台灣能夠自己創立品牌並且依照亞洲人的體型製作防護衣，

外銷到各地，這對於現在的疫情有很大的幫助，也學習到如何穿脫防護衣以及各種不同型號的功用。緊急救護的工作很廣泛，但也是我心目中的第一線人員，雖然風險很高，但是他們的專業可以將傷害降到最低，如果以後有機會朝這個方向發展，我會很想嘗試看看。

瑩錚個人學習心得：

很開心可以來選修這堂課，平常就會覺得災難這個議題讓我很感興趣，但是一直都沒有深入了解過，經過這學期，讓我知道原來災難要說很廣真的很廣，但是裡面又細分為很多種不一樣的專業，也才知道其實護理不是只有侷限在醫院，我們其實可以踏出醫院，去外面展現護理的專業，但是前提都是要自己夠專業，會促使我想更加努力學習，想讓自己趕快成長到能夠獨當一面，出去幫助別人的那一天，這堂課收穫真的很多，以後若有機會，希望自己還可以來選修這堂課！

慈霖個人學習心得：

很幸運可以選修災難照護這堂課，經過這一學期深入了解後，才知道災難不只侷限於天災，還有其他許多人為因素也會導致災難發生，讓我了解到災難真的又深又廣，也藉由各個領域專業的講師來上課，透過他人自身的經驗來教導我們有關災難的應用、預防、措施及後續的行動，讓我們對於災難有更近一步的了解及認識，告訴我們護理不只有侷限在在醫院，往外也可以展現我們的專業，在這一學期的課程裡真的收穫良多。

四、其它附件(必要)

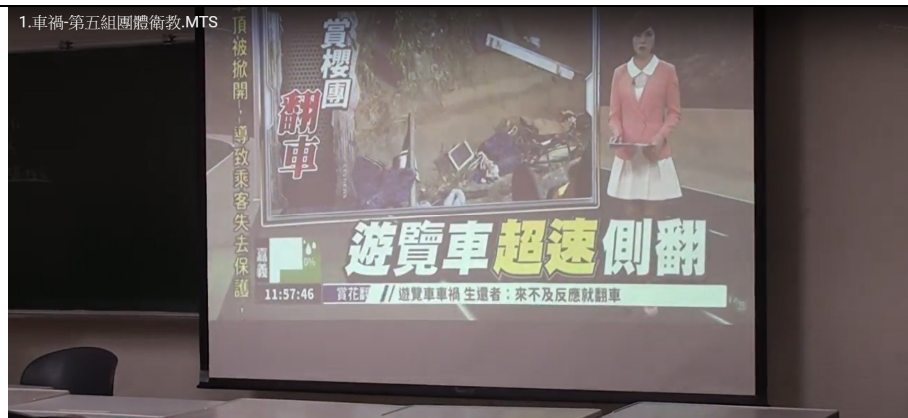
(一)每組學生成果 PPT

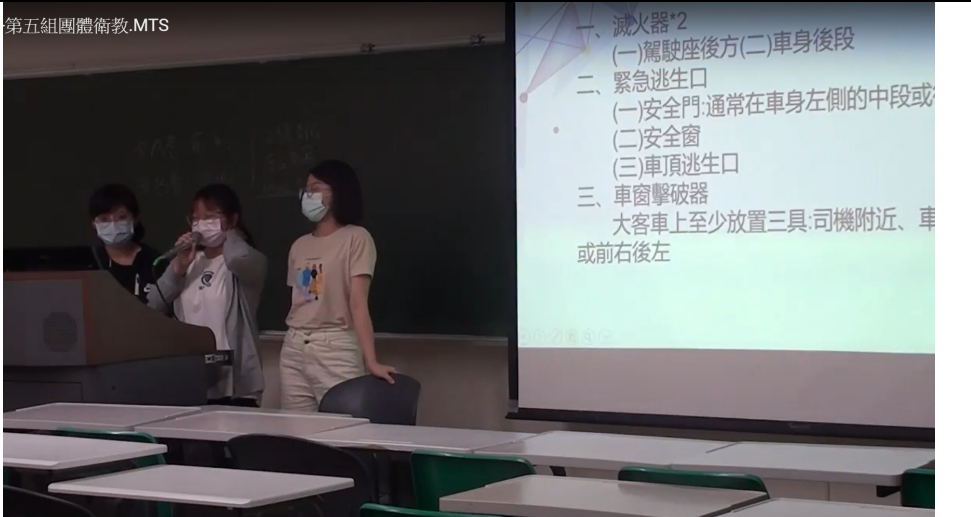
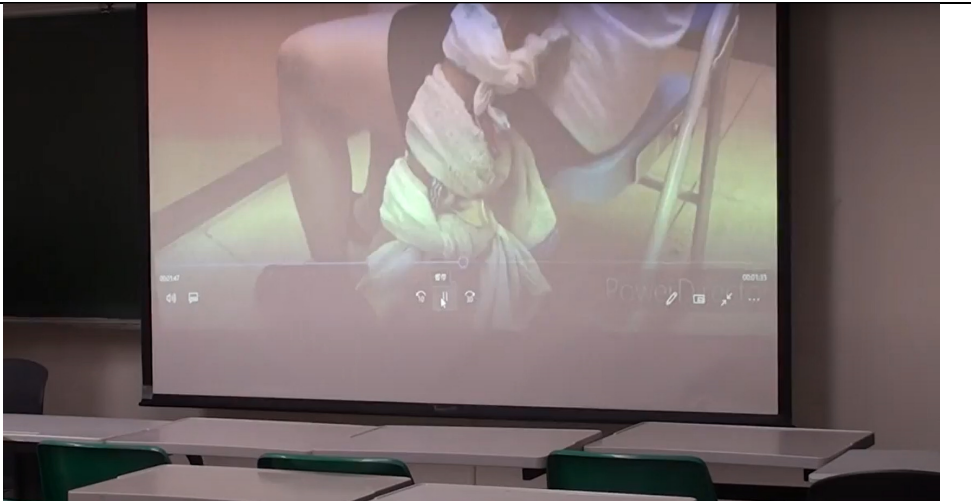
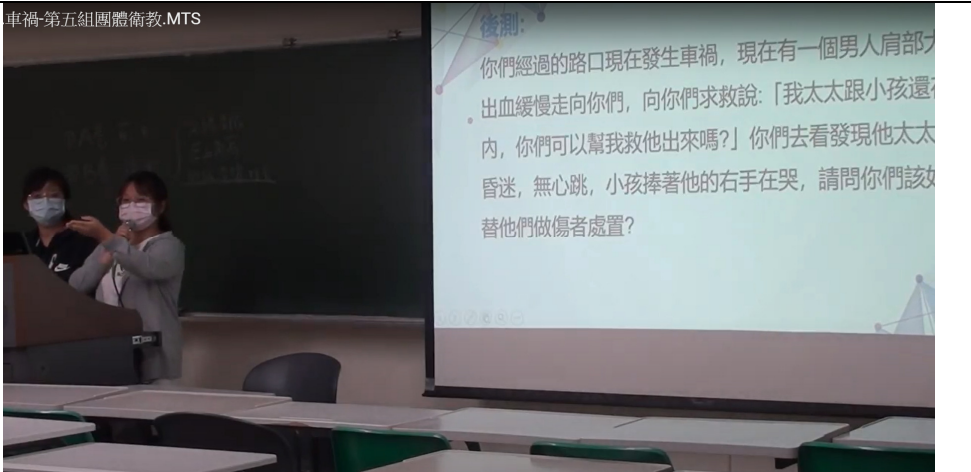
<https://drive.google.com/file/d/1pEQ8d98aaChWfKREeGVDPfk-dQRRvhdz/view?usp=sharing>

(二)分組討論及相關活動照片

6/16 活動紀錄照片

新聞事件點出
車禍的嚴重性



團體衛教	第五組團體衛教.MTS  一、滅火器*2 (一)駕駛座後方(二)車身後段 二、緊急逃生口 (一)安全門:通常在車身左側的中段或 (二)安全窗 (三)車頂逃生口 三、車窗擊破器 大客車上至少放置三具:司機附近、車 或前右後左
自製影片示範 車禍受傷緊急 處置	
情境模擬測驗 聽者吸收成果	車禍-第五組團體衛教.MTS  後測: 你們經過的路口現在發生車禍,現在有一個男人肩部 出血緩慢走向你們,向你們求救說:「我太太跟小孩還 內,你們可以幫我救他出來嗎?」你們去看發現他太太 昏迷,無心跳,小孩捧著他的右手在哭,請問你們該如 替他們做傷者處置?

自主學習－ <u> </u> 災難照護 －全班問卷統計表						
	非常同意	同意	沒意見	不同意	非常不同意	合計
1.本課程能讓我更深入地學習到專業知識。	19	2	0	0	0	21
2.本課程有助於提升自我的學習規劃能力。	19	2	0	0	0	21
3.本課程更能讓我從中獲得問題解決經驗與能力。	20	1	0	0	0	21
4.本課程更能讓我將所學知識應用於實際場合。	20	1	0	0	0	21
5.本課程更能讓我學到如何從不同的角度和層面看事物。	20	1	0	0	0	21
6.本課程更能激發多元想法與視角。	19	2	0	0	0	21
7.本課程讓我願意投入更多時間在學習上。	18	3	0	0	0	21
8.本課程能讓我在團體中以協調、溝通與合作的方法來達成目標。	20	1	0	0	0	21
9.授課老師或助教的指導有助解決我學習上遇到問題與困難。	19	2	0	0	0	21
10.本課程有助於我養成主動學習的習慣。	15	6	0	0	0	21
11.我喜歡這樣的教學方式，我會推薦別的同学來修讀這門課。	19	2	0	0	0	21
12.我期待未來能有機會再修讀自主學習的課程。	18	3	0	0	0	21