桃園消防 季刊



消防訓練－精進智能
醫療指導醫師攜手，提升緊急救護品質

消防防災宣導
防火宣導初階訓練心得分享

消防花絮
熱血救護員 蟬聯巧固球冠軍

齊聚桃園市防災教育館
靜態觀摩及動態演練

2020 WINTER
VOL.
88





封面故事

Cover Story

109年全國災害防救團體理事長暨幹部聯繫會報於10月18日假桃園市防災教育館盛大召開，由全國各縣市消防局代表及多達130個災害防救團體理事長率所屬幹部共同與會，總計人數逾300多人。活動內容包括觀摩全國最新穎的防災教育館，參與地震、救災及救護體驗智慧科技與娛樂學習防救災效果，參觀桃園市迅雷救援協會車輛及裝備器材展示與救災經驗分享、技術交流。

有朋自遠方來，為展現桃園市的熱情與誠意，市長鄭文燦市長特別前來致意，歡迎全國各縣市消防及災團伙伴的蒞臨，更由衷肯定與感謝災防團體長久以來，堅守崗位默默守護著國人的生命及財產的安全。



目錄 Contents

2020 WINTER
VOL. 88


P.05


P.13


P.15



P.23

消防訓練 - 精進智能

04 本局車禍救援訓練基礎班參訓心得

05 醫療指導醫師攜手，提升緊急救護品質

消防防災宣導

06 防火宣導初階訓練心得分享

11 急救就該 - 隨身 C 袋

13 消防玩很大之防災大富翁

消防花絮

15 消防、救護車輛 裝備保養不馬虎

16 健康大小事—糖尿病

17 愛與勇氣的奇蹟

18 寶寶等不及，新手爸爸來接生

19 驚悚！罕見救護 處變不驚

20 黃金 3-4.5 小時

22 109 年局長盃桌球錦標賽獲獎心得

23 熱血救護員　蟬聯巧固球冠軍

本局 109 年第 4 季異動人員名單

- **發 行 人**｜謝呂泉
- **副發行人**｜龍榮森．龔永信
- **總 編 輯**｜趙興中
- **副總編輯**｜鄭安平．李振坪
- **編輯委員**｜賴志忠．陳文宗．殷明坤．戴明杉．蔡樹林．簡慈彥．陳莉婷．郭百倫．林志淵．曾淑苹．吳家豪．黃世忠．姜定元．曾瓊萱．邱志湧．張尚勤．蔡美玉．吳智豪．簡良典
- **執行編輯**｜林羿欣
- **設　　計**｜暐昕創意設計有限公司

本局車禍救援訓練基礎班參訓心得

圖文｜二搜分隊　陳俊陽

鑑於近年來有越來越多種類的車輛車禍事故發生，提升消防人員處理車禍事故之效率、降低事故現場風險及保障所有人員的安全，著實為消防人員必須專精學習的課題之一。

五天的課程由局內優秀的教官群精心編排，扎實吸收了很多資訊，從最初室內課程講解，車禍救援訓練首重5S：「簡單」、「安全」、「效率」、「空間」、「穩固」，5項原則，及七大流程：評估及交管、作業區域建立、穩固斷電、接近傷患、創造空間、脫困及復原。教官也給我們一個很好記的口訣方便記憶，叫做評鑑穩傷空託付，意思就是把評鑑業務交給某人一定會穩傷，一定是空託付，相信大家一定都記起來了。

除了第一天，其餘四天課程都在外場操作，教官們很用心找了一個避免日曬雨淋的場地、讓我們能更專注在學習上，而車禍種類及形式有很多種，簡易分類有正位、側翻、正翻、堆疊等，每天都有不同的情境練習。而人員的分工是由一位指揮官、兩位救助手、兩位救護手、一位小幫手（指揮官助手）及兩位觀察員組成。每次的角色都會互換，讓我們學習擔任不同的角色。操作後由同仁相互回饋、教官總結做歸詢，課程中教官不斷提到一個重點，就是救災方式很多種，在安全的前提下，救援方式沒有絕對的對與錯，只有好與更好。此外，學習如何處理近年討論度很高的油電車、電動車也是本次訓練的重點，10年前左右電動車仍非常稀少，但現今市占率年年上升，我們不得不去了解它，不斷更新救災知識，這也是每位消防人員必須學習的。



課程到了最後一天是情境測驗，學員們須在一定的時限內完成救援任務，所有同伴及操作情境都以抽籤決定，增加整體的臨場感。測驗結束後，由教官做講解及歸詢，再次強化學員知識及技能層面的深度，提升大家執行車體破壞與人命救援之能力，熟悉各項基本技能及建立救災安全觀念，確保勤務安全。

消防的工作，其領域眾多，可以精進的技能亦如恆河沙數，做起來看似簡單其實學問可深，唯有成為該領域的教官才能算是熟練，非常感謝這次車禍救援訓練基礎班教官群用心編排的課程，讓學員們在知識及技能都充分成長，讓消防人員更安全，也讓市民有更有保障，最後我想說，桃園消防讚！

醫療指導醫師攜手，提升緊急救護品質

圖文｜三民分隊　楊尚樵



為提升到院前緊急救護服務品質並促進救護技術員專業能力，桃園市政府消防局特於10月6日舉辦「109年度第三季醫療指導醫師會議」，由消防局局長親自主持，並由召集人黃建雄醫師與本局醫療指導醫師共同舉行。

首先局長感謝指導醫師們在百忙之中利用勤餘時間無私的奉獻，讓本市救護品質逐步提升，亦接獲不少民眾致意，肯定同仁於現場救護的處置及專業的態度。這份榮耀除了本局同仁的辛勞與努力外，更要感謝各位指導醫師從專業醫療的角度發掘問題並提出改善建議，不吝給予教導，讓消防局同仁的緊急救護技術更為精湛。

接著由各大隊醫療指導醫師報告，針對負責的轄區進行資料分析及未來指導方針，並由召集人黃建雄醫師及局長決議增訂下列4項救護品質指標：

（一）目擊倒地且可電擊的OHCA案件中，神經功能良好出院患者比率。

（二）急性冠心症：EMT判定為危急個案且執行心電圖比率。

（三）重大創傷患者：給氧、靜脈輸液或止痛等處置項目落實比率。

（四）同仁「職業疲勞Burnout指標」問卷調查。

醫療指導醫師建議為提升同仁救護技能，平時在隊救護訓練重點應著重在基本單項技術操作及緊急傷病患救護作業程序，並請各分隊每週落實至少2次4小時以上救護訓練，以提昇本市緊急救護品質，藉此統一救護同仁對於特殊案例之作法、觀念且達統一共識，提供市民更完善優質的緊急醫療服務。

防火宣導初階訓練心得分享

圖文｜二搜分隊　陳俊陽

或許你已經知道，燃燒三要素：燃料(可燃物)、氧氣(助燃物)、溫度。但，你知道嗎？一場好的公眾演講、防火宣導，也有三個要素：講者表達能力、有邏輯的內容、簡報美編設計。亞里斯多德說：「人之靈魂在思考時，心中必有圖像」，簡報之於防火宣導，其重要性不言而喻。

成為一位好的講者，同時三個要素都到位，非常困難。然而興趣使然，我對於消防主題圖樣設計、簡報設計優化略有研究，而有幸擔任這次的基礎簡報製作技巧教官。

這次的課程為兩梯次各一天，受訓前會先發放防火宣導相關書籍，供參訓學員閱讀，以確認參訓者具有相關基礎觀念，方便課程順遂進行，測驗題目以防火宣導書籍(活著離開3、打火哥的24堂烈焰求生課)內容進行測驗，如測驗成績未達標準者，將不予核發結訓證書。

這次的課程編排我們教官團規劃有：防火宣導須知、公版防火宣導簡報講解及基本簡報製作技巧、宣導技巧與舞台魅力、宣導影片剪輯及製作、宣導情境設計與規劃、小組宣導及測驗，由各擅長領域的教官編排內容，以培訓本局優秀防火宣導人才為目標，持續推動防火宣導知識更新，強化火災預防工作。

就簡報製作技巧來說，我們要先區分自己的簡報是演講型，還是閱讀型態，我以台北101舉例如下：

一般防火宣導多屬於演講型，若想提供更多資訊給聽眾，方便帶回去閱讀，從閱讀型的方向製作也是個好選擇，決定好型態方向後，接下來就是四大必學要素：模板配色、字體選擇、視覺為主、少即是多。





在介紹必學要素之前，孫子兵法中有句話「故智將務食於敵，食敵一鐘，當吾二十鐘；梪稈一石，當吾二十石。」一個聰明的將領，一定要靠敵國來解決糧草，從敵國處得來一鐘的糧食就相當於從本國運來二十鐘糧食；從敵國取得一石的草料，就相當於從本國運來二十石草料。

所以，在製作模板時，網路有很多現成、且無版權的板模可以直接下載，套用後修改成自己要的樣子即可，這才是最節省時間以及最有效率的。而字體一般選擇微軟正黑體或是思源黑體，比較符合一般大眾觀看舒適度，在各廠牌手機及平板也不會有字體無法顯示的問題。

而視覺為主就是：把想說的內容做成圖文懶人包。可以發現很多名人或是政治人物的臉書，宣達一些理念或是政策，都是做成懶人包的模式，如果對做簡報概念不足，多看看別人的製作模式，會比自己摸索快很多，食敵一鐘，當吾二十鐘，不是嗎？



知道必學的要素，也要了解必須避開的地雷，簡單來說就是配色突兀、字體太多種、文字太多、排版太滿、動畫太多飛來飛去、字被背景吃掉、沒用好的文字藝術師等。課程中提供了幾張不好的簡報圖片，供學員討論指出缺點，學員反應熱烈，皆能舉一反三，成效良好。

最後由各組學員製作四頁簡報，當成簡單的作業，由故事開頭-STORY、傳達概念-WHY、如何行動-HOW、呼應開頭-END。人都是喜歡聽故事的，如果直接傳達如何行動，可能效果不彰，而若開頭先描述轄區案例，再慢慢呼應下去，會更能增加聽眾注意力，以達宣導目的。簡報製作只是做好防火宣導三要素的其中之一，其他兩要素更是缺一不可，初階班課程內容，由預防科各級長官們，及教官團用心的編排，期望能全面提升同仁宣導能力及服務品質，讓本市火災發生率越來越少。

防火初階宣導課後感

圖文丨大有分隊　王羽萱

「喔伊~喔伊~」一道警鳴劃破天際，一夜凌晨，一處民宅大火，2名患者送醫不治。每日每夜，各處各地，都有類似的憾事發生。火災發生時，當民眾不斷往外逃生，消防人員卻拼命地往火場奔去。近年來，無情火警不僅帶走無辜百姓生命，也造成多位消防人員殉職，大多數人都忘記每位殉職消防員亦代表著無數家庭的破碎。所以，面對火災，預防勝於搶救，藉由宣導，可以防患於未然。

「防火宣導」是外勤消防員的日常勤務，例如：災後訪視、社區防火觀念講解及住宅用火災警報器推廣等。任職消防工作兩年來，各種宣導技巧都是藉由前輩傳承及參與宣導活動的經驗累積。然而，在消防員的養成教育中，從未有防火宣導相關訓練，包含災例分析、簡報製作、演說技巧、舞台魅力等能力，磨練出一位傑出的演講者。

透過本局舉辦的防火宣導初階班，明確的指出「宣導」該如何著手、規劃。如同黑暗中的一道曙光，引領人們步入正軌。課堂中摘取蔡宗翰《打火哥的30堂烈焰求生課》及林金宏《活著離開3》為重點，藉由這兩本書籍打破民眾對於火場迷思的錯誤觀念。此外亦指導簡報製作技巧，以一頁一重點、內容排版美觀、宣導案例蒐集以及火警災例分析，比比皆是整備演講前缺一不可的元素。另演講者的個人主題魅力，更能替演說增添不同風味。一位頂尖的TED演講者，善用「第一印象」及「肢體語言」瞬間建立與聽眾的連結。「第一印象的建立，在於初次見面的七秒鐘。」第一印象的力量不在於我們說了什麼話，而是我們怎麼說那些話，並且善用肢體語言的重要性，提升演講的渲染力。

火災並不會事先彩排，因為你永遠不會知道意外跟明天哪一個先到。在這資訊混亂的時代，我們必須將正確的觀念傳達給每位民眾。身為一位消防員，所要對抗的不僅是火災，更是民眾對於火場迷思的錯誤觀念。



防火宣導初階班心得分享

圖文｜大竹分隊　鄭聖勳

「消防大哥，請問我們家這個警報器要裝哪裡啊？」「火災的時候我們家浴室可以躲嗎？」「可以教我們怎麼用滅火器嗎？」

自從從事消防職業以後，不管是工作時外出執行宣導勤務，或是休假時長輩朋友的詢問，常常會有一些遇到災害時如何「逃生」、「避難」的疑問，尤其在這資訊爆炸的時代，新聞媒體的高頻率放送，許許多多的案例，一些似是而非的災防觀念也困擾著許多人。常言道「預防勝於治療」，在我們消防員救災工作中，面對火場需要不斷訓練精進，更何況是一般大眾，更需要更新舊有災害應變的思維。還記得第一次出門宣導時，只是把自己所知道的一切觀念照本宣科，現場讓大家練習記憶口訣，舉手搶答發放宣導品，雖說沒有給予民眾錯誤觀念，但我相信這樣的宣導效果著實有限。有鑑於此，讓我萌起參加防火宣導初階班的想法，以提升自身宣導的功力。

訓練一開始，承辦科員先詳細說明此次訓練的重點目標，並展示常用項目的公版宣導PPT，讓我感受到局內進行改變的用心。有了公版宣導PPT，可以讓大家對外宣導時有一致的口徑說法，在宣導能有一個基準平台，大家也能自行新增最近案例或是宣導影片，加深民眾防災觀念。

其中「簡報製作技巧」是讓我印象最深，也最為實用的一堂課。課堂上教官分享了幾個免費提供簡報模組的網站、顏色的搭配使用、文字字體編排及排版剪報內容，以及如何使用icon讓剪報更簡而易懂，並讓我們以住宅用火災警報器為主題進行實作。

相信大部分人對於圖像都是比較有注意力、記憶力，就算是使用文字呈現，也能技巧性地讓觀眾更容易注意到重點，再搭配著另一堂課-宣導技巧與舞台魅力，主講者說話的方式技巧，提升觀眾對於宣導內容的好奇與認同。而在不同的課堂中，教官還分析了知名的演講平台TED的講者時間安排，如何在開頭與觀眾破冰吸引注意力、結尾時前後呼應增加觀眾印象。

以上的種種技巧都是以前懵懵懂懂的我到宣導場地前，不曾細想過的，只靠著些許的專業，把不被包裝的生硬內容交給了民眾。經過了此次訓練，雖然只是初階班，但對我來說已是獲益良多，在宣導的功力上提升了不少，也更有自信，接下來就是成果驗收，看看自己是否能將以上的宣導技巧應用自如，面對民眾反應問題能否臨危不亂的互動。



清空自己才能重新學習

圖文｜迴龍分隊　蕭識恩

「這次的訓練應該也跟之前大同小異吧？一樣聽教官說著過往的經歷、先前的功績，課程結束後對我來說卻是一陣空虛。」這些年參與的各項訓練使我腦中總是會浮出這些內容。

大學時我就讀政治系，四年來修讀了許多課程，各教授教課方式雖異，核心內容卻是大同小異，也就是「思想的傳承、自我批判的能力。」加上畢業前需要聽滿一定時數的演講，無形中對於演講者所講的內容，標準也越來越高。正式進入職場後後，也常參與許多講座、訓練課程，我發現部分課程的講師與聽眾間通常有著職階上的絕對差異，台上的人只需要台下的掌聲，不需要台下的疑問。「既然有問題，那就解決掉提出問題的人吧！」現在也能慢慢體會這句話的涵義了。

這次報名參加防火宣導初階班，心裡其實是非常期待，在消防勤務中，宣導是個非常具有彈性的工作，根據不同的宣導對象可以使用不同的宣導方式，可以很生活化卻也能很制式化。這次課程中我可以充分運用到以前大學所學的內容，也可以驗證我心中所想像的消防宣導方式是否能與消防局有些許共鳴，因為我是「認真的」，所以我只認「真的」。所幸這次宣導班的第一堂課程，就讓我知道這次課程是來「真的」！各課堂的教官不再是冷冰冰的強制灌輸各種想法，而是與台下的學員進行互動、討論，接著從中得到結論，面對學員所提出的各種問題，教官們也會虛心的解答，感受不到職階的壓力。



單日的課程濃縮了「防火宣導知識與應變逃生要領」、「公版防火宣導簡報講解及簡報製作技巧」、「宣導技巧與舞台魅力」、「宣導影片剪輯及製作」等四大內容，在課程開始前一個月，局內就要求各學員需研讀兩大書籍，並在課堂開始前進行測驗，確保大家都有基礎的防火宣導實力，這樣教官們才得以將教學重點擺在加深宣導舞台的「民眾印象」，提升宣導內容的「教材質量」。

「一場演講的成敗，在於前十分鐘」這是我在大學體會最深的一句話。但在宣導，是開場後2分鐘內，也就是吸引聽眾目光的「破冰」階段，便能決定成敗。如何讓聽眾了解主題，想繼續聽下去便是一門很大的課題，教官們透過自身媒體傳播的背景及業界工作經驗教導學員可以透過那些技巧來進行互動，並從TED演講中學習各講者的風格，使宣導這項業務不再是消防局內閉門造車，而是向外學習，使宣導內容能有更多與民眾的共同語言，而非只是形式上的政令宣導。

這次的初階班課程，我做對了，但也想錯了。對的是有來參加這場訓練，除了印證過去所學，更提升了自己對於宣導框架的認知；錯的是我帶著很深的成見來參與這場訓練，無論參加何種類型的訓練都應該清空自己的成見，才能客觀的學習新知，且宣導更是項需要時刻提升自己的業務，教材從過去的宣導紙板到現在的影片剪輯、防災知識的更新、與民眾之間共通語言的建立都是需要我們不斷在工作之餘提升自己才有辦法進步，感謝消防局辦理這次訓練，更期待未來的防火宣導進階班能帶給我更多的學習機會！

急救就該 隨身C袋

圖文｜迴龍分隊　蔡擎平

根據108年度內政部消防署統計全台到院前OHCA（Out-of-Hospital Cardiac Arrest）人數達到20,003人，其中急救成功4,796人（23.98%），康復出院人數為748人（3.74%）。對於OHCA患者的急救，在過程中必須要有一連串且有系統的作為以提高存活率，我們稱之為「生命之鍊」，生命之鍊分別是由儘早求救、儘早心肺復甦術、儘早電擊去顫、儘早開始進行高級救命術（Advanced Cardiac Life Support，ACLS）及整合性復甦後照顧（post-resuscitation care）等五大環節所組成。

其中對於OHCA病患的第一發現者來說，前三環是否能盡早並確實執行顯得至關重要。第四及第五環節的治療，也已開放許多地區的高級救護技術員（EMT-P）執行部分處置，例如氣管內管的呼吸道建立及給予相關急救藥物。

我們知道當OHCA患者在心跳停止後的前幾分鐘內，第一反應人員及後續接手的救護人員，是否能緊密串連起生命之鍊每個環節與患者的存活機會息息相關。這些環節除了依靠平時對於一般民眾與救護技術員進行急救教育與訓練外，還有建構完整的緊急醫療救護體系（包含院前與院後）。

為提升一般民眾在BLS（Basic Life Support）的急救訓練過程中，能有簡單操作且一目瞭然的學習效果，筆者特別設計一款BLS學習的急救教具-隨身C袋。隨身C袋主要設計理念與功能分為以下四個部分：

（一）將生命之鍊第二環盡早CPR與第三環盡早電擊的急救資訊分別印製於環保袋的正反面（圖1、圖2），由於該環保袋採用可收納的類型，因此在收納後的正面設計有急救口訣標語「叫叫壓電，生命回電」（圖3）以供操作者記憶。

（二）在正面的心形圖案上特別設置了經過耐壓測試的心型氣囊（如圖4），以供在進行



圖 1　急救教具 - 隨身 C 袋正面　　圖 2　急救教具 - 隨身 C 袋背面　　圖 3　急救教具 - 隨身 C 袋收納後



圖 4　急救教具 - 隨身 C 袋的心型氣囊設計



圖 5　示範按壓隨身 C 袋心型氣囊

CPR壓胸訓練時，每個人都能有專屬的練習體驗（如圖5）。另外正面還有AED電極貼片的黏貼位置供操作者記憶。

（三）在背面的部分則是以AED電擊器的圖樣來呈現，主要重點有電源鍵、心電圖、電擊鈕與插頭接線。AED電擊器在BLS訓練中強調即使未接受過訓練的人員也能夠正確使用，只要會開機或打開電源即可，主要是因為AED能夠提供語音來指示操作者正確使用；另外在心電圖上有特別標示了心室顫動（Ventricular fibrillation，簡稱Vf）與一般正常的竇性心律，主要演示了猝死患者若發生Vf的情形，就必須經由AED電擊進行整律，將心臟雜亂的電氣活動整律歸零後，旁人立即給予高品質CPR，便有機會讓患者回到正常心律，讓學習者能清楚明瞭AED的功能。

（四）由於隨身C袋是急救與環保袋結合，除了學習急救外也能藉此提高急救資訊能見度，讓更多人對這項特殊的設計產生好奇，進而學習相關資訊。而持有者除本身參與訓練學習外，更可將隨身C袋帶回家中與親朋好友分享學習成果，並透過其心型氣囊隨時隨地進行壓胸操作複習，讓CPR深入社會每一個角落。

我們知道生命之鍊須環環相扣，方能真正拯救猝死病人於危急之中，筆者相信，學會急救後即使一輩子都沒用到也無妨，但緊要關頭派上用場就值得一輩子。筆者希冀透過隨身C袋的設計，讓更多人認識並學會BLS急救處置，能勇敢且有信心的對OHCA患者伸出援手，挽救更多寶貴的生命！

消防玩很大之防災大富翁

圖文｜茄苳分隊　饒培民



掌握未來決定夢想

「手上握著紙鈔，擲起點數骰子，前進三步到命運，工作努力得獎金三仟元。」這是我們小時候最愛玩的大富翁遊戲情節，每個人都能藉由骰子點數去決定自己的未來，去擴充自己的財富和土地，在遊戲中去滿足心靈的渴望。

沒有人知道意外和明天哪一個會先到，但是我們卻能夠預作準備，當災害來臨時，不致於手忙腳亂、驚慌失措，更能從容面對、冷靜化解，進而全身而退。現實中的生活我們是不是也像在玩著大富翁遊戲？過程中會有許多機會選擇和命運挑戰，當然也會遇到各種的問題和難關需要解決和克服。於是乎，把這個構想結合在大富翁遊戲和消防防災宣導，設計一款可以在各種宣導場合中使用的「真人版防災大富翁」。

寓教於樂進化升級

防災大富翁是由一個超大型的遊戲地墊、各式的活動卡牌、巨大的骰子以及多種互動所需之道具組成，主要的概念和傳統大富翁非常類似：可多人（組）參與遊戲、擲大型骰子決定步數、抽卡牌進行遊戲內容，主要核心特色如下：

防災大冒險

依卡牌內容會有一至多人進行個人、團體及分組對抗的消防冒險互動遊戲，內容與消防工作需要互助、技能，考驗體力、膽識的精神相同，講求個人手腳並用技巧及團隊合作默契，完成任務者可獲得消防券獎賞或擲骰子奪取敵隊財產。

防災金頭腦

卡牌內容主要為考驗消防相關知識，透過問與答傳遞正確消防知識，導正過去積非成是的錯誤觀念，讓參賽的所有人員能更了解重要的消防知識，在面對災害時，有更正確的應變行動。



防災動起來

依所抽卡牌內容進行防災避難行動，除了防災觀念解說外，讓參賽者輪流進行防災演練，透過實際操作來模擬災時的應變及體驗。

消防券

除了比照傳統大富翁，參賽者擁有紙鈔可以購買土地、房子外，也配合時事振興三倍券的風潮，防災大富翁亦設計此遊戲專用的消防券，參賽者可透過防災大冒險、防災金頭腦、防災動起來取得不等面額的消防券獎賞，並於遊戲結束後，可憑消防券兌換消防宣導品。

插花卡

參賽者賽前發予插花卡，可在其他參賽者進行防災大冒險、防災金頭腦及防災動起來時加入戰局，變成團體或分組對抗比賽，成功者可獲得兩倍消防券獎賞。

機會、命運

內容設計消防工作可能會遇到的各種情境，給予不同金額的獎賞或懲罰；另外增加一些特殊的卡牌，如破產卡、交換卡、搶奪卡、倍數卡等，讓參賽者有更多的籌碼在遊戲中可以使用，增加遊戲的趣味性。



努力成為心中的你

消防宣導的靈感在生活中俯拾即是，可以讓宣導添加許多趣味的元素，使枯燥無味的宣導題材有更多的變化，惟需要花心思去規劃和設計，才能讓一場看似平凡的宣導變得豐富有趣，改編一句電影的經典台詞：「只要用心，人人都是宣導之神！」

消防、救護車輛裝備保養不馬虎

圖文丨八德分隊　王聖傑

桃園市政府消防局保養廠每年在10月至11月期間會至各個分隊進行車輛裝備器材的全面性檢查，主要是希望各式車輛及裝備器材能夠隨時保持堪用狀態，以確保裝備的完整性，提高使用效能及年限，增加救災、救護之機動效能，隨時保持出勤車輛及裝備器材最佳狀態。

消防車、救護車上有許多各式各樣的器材及裝備，為了在第一時間出勤且發揮出最大功效，弟兄們的保養維護更不可少。過去進行各車輛裝備器材檢查時，在底盤及引擎室的清潔，不論是鑽至車底對底盤用菜瓜布清洗甚至噴漆、引擎室噴亮光臘等，各弟兄們用盡各種方法讓車輛看起來閃閃發亮、底盤乾乾淨淨。

以往評核人員常戴上白手套檢查，要求車輛、零件達到一塵不染的境界；近年來車輛裝備器材檢查不再像先前一樣吹毛求疵，而是注重車輛基本的五油三水及各式燈光，並考核同仁救護車輛更換備胎及各項器材故障排除的技術，更重要的是每日各式車輛及器材點檢，



如有故障及損壞情形應立即故障排除，若無法排除則應將裝備器材送至保養廠進行檢修，所謂「養兵千日，用在一時」，有完善的裝備器材，才能有效提升整體戰力。

車輛裝備器材種類千百種，任何細節都不能忽視，在檢查時更需要嚴格執行，除了呼應檢查不能馬虎外，亦可藉由評比培養同仁工作上認真及負責任的態度，進而達到經驗傳承、相互把關及互助合作，並提昇同仁保養維護各項器材的技能，保障消防弟兄執行勤務的安全。



健康大小事—糖尿病

圖文｜高平分隊　劉明岳

或許你會想「像高血糖或糖尿病這樣的慢性病，去醫院拿藥就好了何來威脅?」，但先別急著跳過。根據國際糖尿病聯盟的報告，全球有高達約4億人口為糖尿病患者，且近年來台灣糖尿病已高居國人10大死因之一。根據統計，國內糖尿病患人口數已達200萬，其中9成以上屬於第二型糖尿病。本次想跟大家分享的，不僅是跟大家科普一下關於慢性病糖尿病的小知識，還要訴說我們在緊急救護常遇到的情況！

在這物資豐饒的世代，您是否也發現除了年紀和事業蒸蒸日上的同時，我們的體重和肚子也一樣地成長呢?事實上，脂肪所儲存的就是備用能量，不過在現代食物來源不虞匱乏的情形下，多的脂肪也漸漸影響到我們的身體健康。在已發表的醫學期刊裡頭，有相當多的論文討論老化、脂肪分部和血糖控制的關聯性。

其中有幾篇論文即是討論老化會促進內臟脂肪的脂質合成和脂肪酸循環以及改變脂質氧化和能量支出，同時也促使內臟脂肪堆積，而內臟脂肪堆積也跟胰島素敏感性有關。而我們所說的二型糖尿病很大部份即是其病理中有個形成階段胰島素敏感性降低，造成血液中糖分被帶至細胞內儲存或利用的效率大幅降低進而產生血糖過高。

確診為糖尿病後，通常會服用或施打胰島素藥物。事實上，藥物的作用即是幫助我們降低血液中的高血糖，而我們血液中的血糖值是處於動態的情況，並無法準確說要降個五十或一百，常會有降得過低而造成低血糖發生，低血糖是相當危急的情況，因為我們全身最為嬌貴的腦細胞，除了需要大量的氧氣外還需要足夠的葡萄糖運作，但它卻無法自行儲存醣類，



也無法自行產生能量，所以當其遇到極端的環境不論是缺氧或缺葡萄糖都會造成意識不清或昏迷，甚至腦細胞的永久損傷。

通常救護技術員到場時能給予最有效的解藥便是葡萄糖液，使患者血糖迅速回升。這也是我們一開始說的，在大家的認知上慢性病不就去醫院拿藥就好了，怎麼會有緊急的情況?其實不然，魔鬼藏在細節裡，醫生無法時時刻刻在身旁監視我們的血糖數值，必須由自己或家人多加留意。這也是常呼籲有糖尿病之患者應隨身準備糖果的原因，當低血糖致身體無力或注意力無法集中時，可以幫助血糖回升。

時至今日，已有很多種藥物能幫助我們控制血糖，不過藥物並非保健食品，通過標準雖嚴格，但其伴隨而來的副作用就連經驗老到的醫生在使用上也十分謹慎。在確診糖尿病後，除照處方劑量定時使用藥物外還得時時注意自身情形，而在一切都還有挽回餘地時，已有眾多論文告訴我們老化之於脂肪堆積之於血糖的影響力，在此呼籲人人都該擁有良好的運動習慣，保持健康才是遠離疾病的良方。

愛與勇氣的奇蹟－現場 ROSC

圖文｜八德分隊　謝豐家

九月某個炙熱的下午，在隊訓練剛結束，精實的操練加上秋老虎發威，大家頭昏腦脹的忙於收拾裝備。「救護救護…」突然一陣廣播聲作響，趕走了我的睏意，指揮中心表示有一位民眾不明原因倒在路旁。

下班時間有民眾路倒很是奇怪，我們不敢怠慢，加緊腳步出勤，無奈救護車行駛約三分之一路程，就因車流太大只能緩慢移動，民眾歸心似箭，而我們卻想儘快抵達救護現場。「學長，我有種不好的預感…」負責駕駛的學弟突然看著我。話音一落，無線電馬上傳來呼叫「八德91、八德91，患者確認為OHCA，已經加派二車出勤，請盡速前往急救」。和學弟互望了一眼，嘴上掛著苦笑，內心卻著急如焚。

好不容易抵達現場，下車一看，一位阿伯倒在地上，非常難得的是，已經有兩位熱心的民眾手機開著擴音，依照線上指導員指示輪流施做CPR，另有一位民眾拿著AED奔跑而來，簡直是我此生見過最美的風景，先前辛苦推廣CPR宣導頓時都值得了！我掩不住心中感動，眼角滲出淚水，對患者存活率又燃起希望。



車上處置

我們火速接手現場，重新評估意識、壓胸、使用AED、甦醒球吹氣，動作迅速又謹慎，一連串標準作業流程彷若儀式，祈求著上天給予患者續命的機會。「建議電擊」，AED傳來的機械語音如同暖流鼓舞人心，電擊完成，繼續壓胸，要將患者心臟重新啟動，忽然間，阿伯的眼睛微張、嘴角抖動，接著脖子上抬…

我馬上大聲指示「壓胸暫停，我先評估脈搏」，同時指尖傳來的脈搏震動強而有力，天啊！奇蹟真的發生了。患者在現場恢復自發性呼吸循環（ROSC），現場一陣歡呼，多麼令人雀躍的一件事啊！保險起見，和同伴架上LUCAS，確保若心臟再次驟停可以立即啟動心肺復甦機。送醫途中持續評估生命徵象，阿伯的意識越來越好，隨即恢復到可以簡單對答，我打上點滴建立給藥途徑，並道聲恭喜，雖然阿伯對現況可能還摸不著頭緒。後續追蹤，阿伯是心肌梗塞發作導致OHCA，做完心導管手術，住院兩三天後即按耐不住辦理出院手續送貨去了，工作表現依然生龍活虎，絲毫不像鬼門關走一遭的人，十分神奇。

此趟救護如此成功，不外乎搶救生命的關鍵「生命之鍊」五環都有搭上：盡早求救、盡早心肺復甦術、盡早電擊、盡早高級心臟救命術、整合性復甦後照護，環環相扣，缺一不可。特別是這次民眾見義勇為，第一時間求救和實施心肺復甦術才有好的結果。有鑑於此，八德分隊特別舉辦了一場重生會，除了祝賀阿伯福澤深厚、歷劫歸來，也表揚當天兩位民眾即時施予急救的勇氣，更希望藉由此案例鼓勵大眾，助長市民學習CPR技術的風氣，將這份愛與勇氣持續發揚。

寶寶等不及，新手爸爸來接生

圖文｜八德分隊　邱俊亞





深夜中的一聲啼哭，劃破大樓社區的寧靜。這是我消防生涯第二次親手接生的急產案件。上次我還只是個初顧茅廬的菜鳥，一切的過程都顯得手忙腳亂。十年後的現在，歷年救護經驗跟精實訓練讓我可以順利完成接生勤務。

晚間11時30分，中心通知值班台有孕婦因腹痛需救護車送醫。到達現場時，孕婦坐在地上，在旁有親友陪伴，地上則有破水的痕跡，快速評估患者生命徵象及狀況後發現患者陣痛頻率已小於兩分鐘，隨時都有可能生產。我們立即給予氧氣及擔架床半坐臥等處置，送上救護車後準備前往醫院。因新生兒在院內及院外生產，其後續的照顧有很大的不同，在院外也有感染的風險，所以過程中救護人員請產婦盡量忍住到醫院再生產。

正當救護車離開社區時，產婦便告知感覺胎兒已在產道中。救護人員進一步評估發現產道開口已大於十公分並明顯看見新生兒胎頭，立即請司機停車協助備器材並開始實施無菌技術。心中也默念著訓練時常背誦的接生口訣：「左手護胎頭，右手護會陰，胎頭若產出，解除臍繞頸，胎頭先向下，露出上方肩；胎頭再向上，胎兒順勢產出，口鼻要抽吸，身體要擦乾，兩個臍帶夾，媽媽懷裡暖。」減少緊張的情緒。並同時回想曾經遇過的產婦大出血及新生兒急救案件處置方式。所幸整個生產過程很順利，對新生兒使用臍帶夾及口鼻抽吸後，進行ApgarScore評估五分鐘後為滿分，產婦的生命徵象亦為穩定，接著將新生兒以治療巾包覆完好避免失溫並交由媽媽保護，通知醫院做好接收患者準備。

現場接生的感動不亞於救活OHCA患者的喜悅，尤其是當了新手爸爸後，對於媽媽偉大的付出更有深刻的體認，祝福母子後續都能平安、健康。

驚悚！罕見救護 處變不驚

圖文丨八德分隊　羅文懋

一個再平常不過的上班日，正要開始在隊訓練時…

「救護救護…」警鈴響起，我反射性的拿起裝備，如同以往的馳車前往事故地點。到達現場，映入眼簾的是我消防生涯中最難以忘記的意外事故。

一位年輕外籍移工的右手四根手指因捲進絞肉機裡而血肉模糊，雖然一開始接獲的報案資訊就已大略知道情形，畢竟看過太多類似的新聞、報導，出勤途中也做好自我心理建設，並思考待會的應變處置，但腦海中所想像的一百種畫面都不如親眼見到意外現場對內心所造成的震撼。只能說一時千頭萬緒湧上心頭，擔心過程中可能會令患者會感到撕心裂肺的疼痛，及意外事故對患者造成永久性的傷害，都是令人相當的不捨。

事後詢問一起出勤的學長們，有過類似經驗的是少之又少，所幸大家並未被恐懼擊倒，雖然從沒遇過，也能把握處理這類意外事故的基本原則。回想當時學長先將機具斷電，要求負責人聯絡設備廠商，隨後觀察一旁相同機具的機械原理，研究拆解方法。救護人員同時為患者打上點滴，監測生命徵象，心理支持，每位參與救災人員各司其職，一刻馬虎不得。最後在所有出勤人員的共同努力下，靠著拆除機具的外板，使用將齒輪反轉的方式，幫助患者掙脫這可怕的枷鎖，心中的大石頭才終於卸了下來。

對我來說，這是消防生涯當中非常重要的一次經驗。雖然大家都說永遠不要再遇到這種意外，消防隊的願望就是永遠不要有火警。但有了這次的經驗，下次我有把握能處理得更趨完美。

透過平時的訓練及救災，持續精進自己的技能及危機處理能力，讓民眾得到更高品質的救援，是本次勤務給我的啟發。期許自己以後不管遇到任何事，都能臨危不亂。也許很多人都常被繁重的勤務消磨掉自己的熱情，對工作感到倦怠，我也不例外。但每當這種想法浮現時，生活中都會出現許許多多的人、事、物，提醒著我不要忘記當初對消防工作充滿憧憬、對能救人於水火感到熱血的那個自己。





黃金 3-4.5 小時

圖文｜大有分隊　詹仁豪

在一個月救護出勤量近300件的單位，一般疾病案件約在30-40件，其中疑似為急性腦中風且在黃金3-4.5小時內被發現的案件約在1-2件，最常發生於早上起床時叫不醒，而這類情況通常已過了黃金救援時間。每當我到達救護現場，看著患者及其家人手足無措，不禁讓我思考，能真正完整串聯中風生命之鏈7個D且在黃金3-4.5小時的案件又有多少呢？

為了讓中風生命之鏈的串聯更加確實，本局指揮中心線上指導民眾在第一時間執行辛辛那提測試的效果越趨成熟，多麼令人振奮啊！今年10月，我出勤一件因中風導致車禍，經過適當處置後於急診室與護理師交接，迅速辨識為急性腦中風的救護案件。

一個艷陽高照的午後，一陣熟悉的警鈴響起，14點10分一件車禍救護，地點在車水馬龍的春日路上，「路邊民眾報案一位女性騎機車自摔，TOCC排除」值班人員與我交接相關資訊。

報案位置在轄區內車流量最大的春日路上，到達現場的反應時間約8分鐘，每次停在這條路上，都要精準的兩段式開門，以免有不專心的機車騎士撞上救護車。到達現場看見一位年約50歲的女性坐在馬路邊，還有一位好心的民眾攙扶著她，幫她撐傘遮陽，傷患的意識清楚。

「小姐，你有沒有撞到頭？後頸會不會痛？安全帽是自己拿掉還是噴飛的？還記得發生什麼事嗎？」我趕緊上前詢問狀況，同時拿出急救包檢查傷患身體有無外傷。「我頭好暈。」聽聞，我初步判斷可能是中暑、腦震盪等環境或外在因素造成，所以立刻請同事將擔架改成椅式，並協助傷患站起來。









這時，我發現傷患的左腳無法同右腳踩在地上站穩，便立即檢查傷患生命徵象，並加做辛辛那提到院前中風測試，發現沒有很明顯的無力情形，且兩隻腳都可以抬起。但在後送過程中，還是不斷聽見從後座傳來傷患表示頭很暈，讓我不自覺地加快油門。

所有的疾病，不見得是自己所學的那樣，也不見得是眼前所見的如此，EMT到達現場很常產生所謂的「隧道效應」，看見一場車禍，就斷定是車禍造成的，只相信眼前所見，缺乏多面向的思考。中風的發生，是一個有進展的過程，可能從沒症狀到有症狀，也可能是突發性或慢慢產生的。

這位車禍傷患，在我們119救護車協助下，3分鐘內迅速後送至經國敏盛醫院急診室。在醫院與護理師交接病史時，患者在病床上嘔吐了，而且左半邊明顯偏癱，說話也開始不清楚，與我在車禍現場看見的完全不一樣。護理師立刻戴上手套，遞上嘔吐袋給患者，檢傷的速度明顯更快了，「快，推進來，患者中午12點從家裡出門的！」，接著就是一連串的急診中風流程，測血糖、做心電圖、10分鐘內急診醫師評估、15分鐘內通知腦中風小組、25分鐘內聯絡放射科做CT、45分鐘內報告檢查結果及給藥並觀察等處置。

看著醫師及護理師亂中有序的幫助這位患者，透過院前迅速後送（Delivery），送到院端的評估（Door）、檢查（Data）、決定（Decision）和及時給藥（Drug），30分鐘內串連中風生命之鏈的後5D，給予最積極的搶救，在有限的黃金3-4.5小時，盡力做到減緩患者腦損最大程度的努力，是多麼讓人感動的事啊！

這趟救護，讓我了解自己的經驗還不足，也讓我對救護的多變性更加有興趣。倘若這趟救護在派遣員經過電話詢問到患者，雖發生車禍，但有頭暈的情形，且頭部沒有明顯外傷，是不是可以請路邊民眾簡單進行FAST的詢問，好讓派遣員可以早期發現（Detection），於派遣（Dispatch）過程中告知救護人員，於路程中盡早準備，那麼串連中風生命之鏈7D這件事情就能更早啟動。

如果時間可以倒流，我們會怎麼做？一定會把這件看似平凡無奇的車禍救護，更認真仔細的檢視，加測血糖、施打IV、詢問更多相關的病史，無線電回報院端提早準備。如此都是為了讓發生急性腦中風的患者，在黃金3-4.5小時內，能得到更快、更早的辨識及處置，減少腦部受損，進而降低因中風造成的後遺症及死亡率。

109 年局長盃桌球錦標賽獲獎心得

圖文｜興國分隊　許文淵

消防員是水裡來、火裡去的職業，在高工時、高張力的工作環境中，如何達到work-life balance是每位消防人員的終生課題。桌球運動可以增強專注力，訓練手眼協調性且有效降低運動傷害風險，不失為一個促進身心健康的休閒活動。

日前桃園市政府消防局局長盃桌球錦標賽正緊鑼密鼓地舉行，本大隊為奪回昔日的榮耀，委由筆者訓練本大隊的參賽選手，筆者從小就沉迷在那球的弧線、球在桌面上彈跳的聲音，因此訓練目標不在於使選手們都成為絕世高手，而是將桌球單純且美好的一面，分享給各位參加訓練的選手。訓練的初期目標為建立各位選手打球動作的雛形，桌球是一項養成時間長且上手門檻相對高的運動項目，穩固而厚實的基礎動作是不可或缺的，因此訓練項目多為正反手拍的腳步與連續擊球，反覆且大量的練習，慢慢磨礪選手們正確的動作框架；訓練中期時，漸漸地將訓練的重心轉移到擊球的連續性，甚至是學習理解球的旋轉，旋轉在桌球的比賽中佔據重要地位，選手若能閱讀球的旋轉，便能夠預測比賽的走向；隨著時間的推移，集訓也到了尾聲，因此訓練方式也從大家統一訓練的方式轉為量身打造的個別訓練，雙打選手們慢慢培養出彼此間的默契，單打選手也將戰術爛熟於心，大家就如同祈求戰場的戰士一般，滿懷著信心迎接比賽日期的到來。



彈指之間，很快就來到比賽日，本大隊首輪對上龍精虎猛的特搜局本部聯隊，記取往年慘敗的教訓，以些微的比數取勝，為接下來的勝利打響第一炮，接下來的賽程可謂披荊斬棘、長驅直入。不料在對上第三大隊時，因戰術上選擇失當險象環生，現場兩隊選手彼此加油吆喝不斷，局長盃可增進團隊向心力由此可見一斑，然而曾經流過的汗水不會騙人，隨著比賽進入延長賽，比數拉鋸，賽況逐漸白熱化；基本動作訓練在本場比賽中開花結果，最後本大隊與第四大隊比拚積分後，驚險奪得本次桌球錦標賽的團體冠軍。

隨著比賽落幕後，終究要回歸日常生活，但只要回想起訓練或是比賽時的激情，往往能夠會心一笑，尤其是當初肩負勝負重責大任的雙打選手，或許他們在比賽後不會再像比賽前如此頻繁地接觸桌球運動，但比賽時興奮又緊張的情緒，必定能成為他們生命中的養分，在人生的道路上陪伴著他們踽踽前行。最後感謝大隊長官支持選手們參加本項活動，沒有長官們的支持，集訓也無法順利如期完成；感謝桌球運動帶給大家單純且快樂的美好，比賽結果是其次，選手們能夠久違地享受比賽氛圍，感染開心的氣氛才是最重要的，希望大家往後的日子也都能享受桌球運動所帶來的簡單快樂。

熱血救護員 蟬聯巧固球冠軍

圖文丨八德分隊　吳安怡





我是吳安怡，擁有將近20年巧固球球齡的我，過去曾代表中華民國遠赴義大利參加世界巧固球錦標賽榮獲世界巧固球女子組冠軍、亞洲盃青少年錦標賽冠軍、中華民國全民運動會締造五連霸的佳績，這次很榮幸能以消防員的身份代表桃園市政府參加109年全民運動會。雖然不是全職運動員，但經過數月的勤練，並在團員的默契配合下，最終榮獲全民運動會第一名的寶座，也創下巧固球三連霸的紀錄。俗話說「雖努力不一定會成功，但不努力一定不會成功」，也是這個信念一直伴隨我走到現在。

學生時代就讀教育大學，原先是想當一位教育工作者，將自己所學、所知、所能傳承給國家的下一代，這不僅是一份理想，更是一份延續的理念。但在大學四年級時我突然想做的更多、想用自己渺小的力量為社會貢獻心力，幫助需要幫助的人。大學畢業經過一年的沉澱後，我毅然決定投身消防工作，報考消防特考，最終分發至桃園市政府消防局任職。

還記得剛踏入消防的第一趟救護，就讓我遇上了孕婦急產接生，沒想到第一天就這麼刺激的展開我的消防人生！回想當時看著孕婦雙腿微開、眉頭深鎖，嬰兒胎頭已呼之欲出，兵荒馬亂之際我們合力將孕婦抬上擔架、推進救護車準備接生。此時，小孩竟然溜了出來！我手忙腳亂的不知道如何處置，所幸學長迅速將嬰兒抱起清潔、用毛巾包覆保暖，並趕緊讓母親抱在懷中送醫。「哇哇~」，每一個來到這個世界上的寶寶都是從第一聲啼哭開始，當時我聽到這個美麗的啼哭聲內心的感動蜂擁而上，原來幫助別人的感覺這麼令人感動！

我深信「夢想這條路，跪著也要走完。」消防是我的夢想，也是我的引以為傲的志業，很感謝我的家人及朋友的鼓勵，有他們才能成就現在的我，讓我能夠築夢踏實。

本局 109 年第 4 季異動人員名單

新進人員

新進日期	姓名	原單位及職稱	新單位及職稱
1091019	黃昌勝	新竹市消防局隊員	埔心分隊隊員
1091019	朱俊霖	新北市政府消防局隊員	蘆竹分隊隊員
1091019	劉家帆	新北市政府消防局隊員	大有分隊隊員
1091019	李志浩	基隆市消防局隊員	幼獅分隊隊員
1091019	江仁傑	宜蘭縣政府消防局隊員	觀音分隊隊員
1091019	陳文鈺	新竹市消防局隊員	大竹分隊隊員
1091019	吳興黌	109 年警察特考三等考試	災害搶救科科員
1091019	黃國峰	109 年警察特考四等考試	中壢分隊隊員
1091019	李博文	109 年警察特考四等考試	草漯分隊隊員
1091019	林恒丕	109 年警察特考四等考試	復興分隊隊員
1091019	賴柏彤	109 年警察特考四等考試	桃園分隊隊員
1091019	黃騏佑	109 年警察特考四等考試	幼獅分隊隊員
1091019	吳佳穎	109 年警察特考四等考試	中路分隊隊員
1091019	陳凱勛	109 年警察特考四等考試	桃園分隊隊員
1091019	吳明峰	109 年警察特考四等考試	中壢分隊隊員
1091019	莊惟婷	109 年警察特考四等考試	華勛分隊隊員
1091019	王絲煒	109 年警察特考四等考試	大溪分隊隊員
1091019	歐哲宏	109 年警察特考四等考試	龍潭分隊隊員
1091019	郭育誠	109 年警察特考四等考試	大園分隊隊員
1091019	廖羅源	109 年警察特考四等考試	桃園分隊隊員
1091019	黃柏超	109 年警察特考四等考試	大林分隊隊員
1091019	簡君諺	109 年警察特考四等考試	新坡分隊隊員
1091019	呂沄洺	109 年警察特考四等考試	山峰分隊隊員
1091019	顏崇育	109 年警察特考四等考試	復旦分隊隊員
1091021	鍾佩勳	桃園市政府民政局專員	人事室專員
1091112	吳采怜	109 年高考三級考試	會計室科員
1091113	林晏妃	109 年高考三級考試	秘書室科員

異動人員

異動日期	姓名	原單位及職稱	新單位及職稱
1090908	黎紘宇	大竹分隊隊員	第三救災救護大隊隊員
1090929	姚宏仁	興國分隊小隊長	幼獅分隊小隊長
1090929	林崇安	興國分隊小隊長	幼獅分隊小隊長
1090929	周彥丞	興國分隊隊員	幼獅分隊隊員
1090929	謝孟翰	興國分隊隊員	幼獅分隊隊員
1090929	陳名泓	興國分隊隊員	幼獅分隊隊員
1090930	吳盈賢	第一救災救護大隊隊員	火災預防科隊員
1091001	李守哲	中壢分隊隊員	第一搜救救助分隊隊員
1091001	謝岳霖	大園分隊隊員	第一搜救救助分隊隊員
1091001	高銘辰	茄苳分隊隊員	第一搜救救助分隊隊員
1091001	黃義雄	坪頂分隊隊員	第三搜救救助分隊隊員
1091001	李俊毅	幼獅分隊隊員	第四搜救救助分隊隊員
1091013	林志偉	大園分隊隊員	觀音分隊隊員
1091015	黃恭甫	新屋分隊小隊長	永安分隊小隊長
1091015	許峻瑋	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	姜為碩	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	吳朝涵	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	楊峻維	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	陳耕慶	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	林靖筌	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	林仕農	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	楊孟學	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	劉得彥	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	張吉輝	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	謝孟倫	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	張世旻	新屋分隊隊員	永安分隊隊員
1091015	金玉振	新屋分隊小隊長	富岡分隊小隊長
1091015	張嘉哲	新屋分隊隊員	富岡分隊隊員
1091015	劉淨	新屋分隊隊員	富岡分隊隊員
1091015	蔡志威	新屋分隊小隊長	富岡分隊小隊長
1091015	楊宗祥	新屋分隊隊員	富岡分隊隊員
1091015	簡安杰	新屋分隊隊員	富岡分隊隊員
1091015	張智凱	新屋分隊隊員	富岡分隊隊員
1091015	陳漢銘	新屋分隊隊員	富岡分隊隊員
1091019	夏于清	茄苳分隊隊員	指揮中心隊員
1091019	陳正秩	第二搜救救助分隊隊員	指揮中心隊員
1091019	楊孟勳	三民分隊隊員	桃園分隊隊員
1091019	賴冠霖	桃園分隊隊員	中路分隊隊員
1091019	許永順	桃園分隊隊員	茄苳分隊隊員

異動人員

異動日期	姓名	原單位及職稱	新單位及職稱
1091019	黃國維	第一搜救救助分隊小隊長	三民分隊小隊長
1091019	徐鵬翔	第一搜救救助分隊隊員	大有分隊隊員
1091019	林耀彥	迴龍分隊隊員	龜山分隊隊員
1091019	王紹祈	三民分隊隊員	坪頂分隊隊員
1091019	陳弘穎	龜山分隊隊員	第一救災救護大隊隊員
1091019	李政憲	火災調查科技佐	第二救災救護大隊隊員
1091019	凌嘉鴻	永安分隊隊員	中壢分隊隊員
1091019	劉佳奇	中壢分隊隊員	青埔分隊隊員
1091019	張傑閔	青埔分隊隊員	楊梅分隊隊員
1091019	徐瑋晨	觀音分隊隊員	幼獅分隊隊員
1091019	吳珩	桃園分隊隊員	竹圍分隊隊員
1091019	李世賢	竹圍分隊隊員	第三救災救護大隊隊員
1091019	施凱淳	第三救災救護大隊隊員	大園分隊隊員
1091019	王欽楷	第二搜救救助分隊小隊長	永安分隊小隊長
1091019	林緯帆	龍潭分隊隊員	圳頂分隊隊員
1091019	林佑儒	火災調查科隊員	復旦分隊隊員
1091019	鍾侑霖	三民分隊隊員	山峰分隊隊員
1091019	尤詩妤	圳頂分隊隊員	龍潭分隊隊員
1091019	蔡敬恆	復旦分隊隊員	巴陵分隊隊員
1091019	張　文	龍潭分隊隊員	圳頂分隊隊員
1091019	陳璽丰	復旦分隊隊員	第四救災救護大隊隊員
1091019	黃玟崴	新屋分隊小隊長	第一搜救救助分隊小隊長
1091019	郭育奇	第一搜救救助分隊小隊長	第二搜救救助分隊小隊長
1091019	馬姿瑩	桃園分隊隊員	中路分隊隊員
1091020	柯佳禎	蘆竹分隊隊員	草漯分隊隊員
1091020	彭林雯	草漯分隊隊員	大竹分隊隊員
1091101	林宏鋅	新坡分隊小隊長	預防科科員
1091101	劉祥民	緊急救護科技佐	災管科科員
1091101	黃嘉男	平鎮分隊小隊長	指揮中心科員
1091101	李安邦	蘆竹分隊小隊長	訓練科科員
1091101	楊超鈞	指揮中心小隊長	指揮中心科員
1091101	郭光威	指揮中心科員	督察室科員
1091109	吳家豪	危險物品管理科科長	督察室主任
1091109	簡良典	督察室主任	緊急救護科科長
1091109	林志淵	緊急救護科科長	危險物品管理科科長
1091109	簡慈彥	教育訓練科科長	災害搶救科科長
1091109	郭百倫	災害搶救科科長	教育訓練科科長
1091106	戴皓宇	災害搶救科股長	火災預防科技正
1091109	陳宏銓	災害管理科股長	災害搶救科股長
1091109	段鈞升	災害搶救科股長	民力運用科股長
1091109	辛年琦	民力運用科股長	災害管理科股長
1091106	邱昱綸	災害搶救科科員	災害搶救科股長
1091109	張家瑋	緊急救護科科員	新坡分隊分隊長
1091109	高福均	特搜大隊隊員	第一搜救救助分隊隊員
1091109	徐飛鴻	第一搜救救助分隊隊員	特搜大隊隊員
1091118	李宗錡	龍潭分隊隊員	大溪分隊隊員
1091120	陳文彥	平鎮分隊小隊長	教育訓練科科員
1091120	林志洋	青埔分隊小隊長	災害搶救科科員
1091120	潘宏原	桃園分隊小隊長	指揮中心科員
1091120	林國鎮	復旦分隊小隊長	民力運用科科員
1091120	吳寧全	中壢分隊小隊長	緊急救護科科員
1091201	陳宗棋	復興分隊小隊長	平鎮分隊小隊長
1091203	許文淵	興國分隊隊員	民力運用科隊員
1091203	陳信文	第三救災救護大隊隊員	指揮中心隊員
1091203	余建儒	草漯分隊隊員	第三救災救護大隊隊員

離退人員

離退日期	姓名	原單位及職稱	新單位及職稱
1091002	戴聖杰	人事室科員	退休
1091019	李俊廣	圳頂分隊隊員	臺中市政府消防局隊員
1091019	古德仁	華勛分隊隊員	臺中市政府消防局隊員
1091019	林彥銘	指揮中心科員	彰化縣消防局分隊長
1091019	陳宥蒼	富岡分隊隊員	彰化縣消防局隊員
1091019	施品誼	山峰分隊隊員	南投縣政府消防局隊員
1091019	鍾輝能	新坡分隊隊員	高雄市政府消防局隊員
1091019	李佳鴻	山峰分隊隊員	屏東縣政府消防局隊員
1091019	陳柏璋	桃園分隊隊員	屏東縣政府消防局隊員
1091019	鍾明穎	中路分隊隊員	屏東縣政府消防局隊員
1091019	李亞駿	觀音分隊隊員	屏東縣政府消防局隊員
1091103	陳秀玲	會計室主任	臺灣桃園地方法院會計室主任
1091112	林宜慧	政風室科員	桃園市政府政風處科員

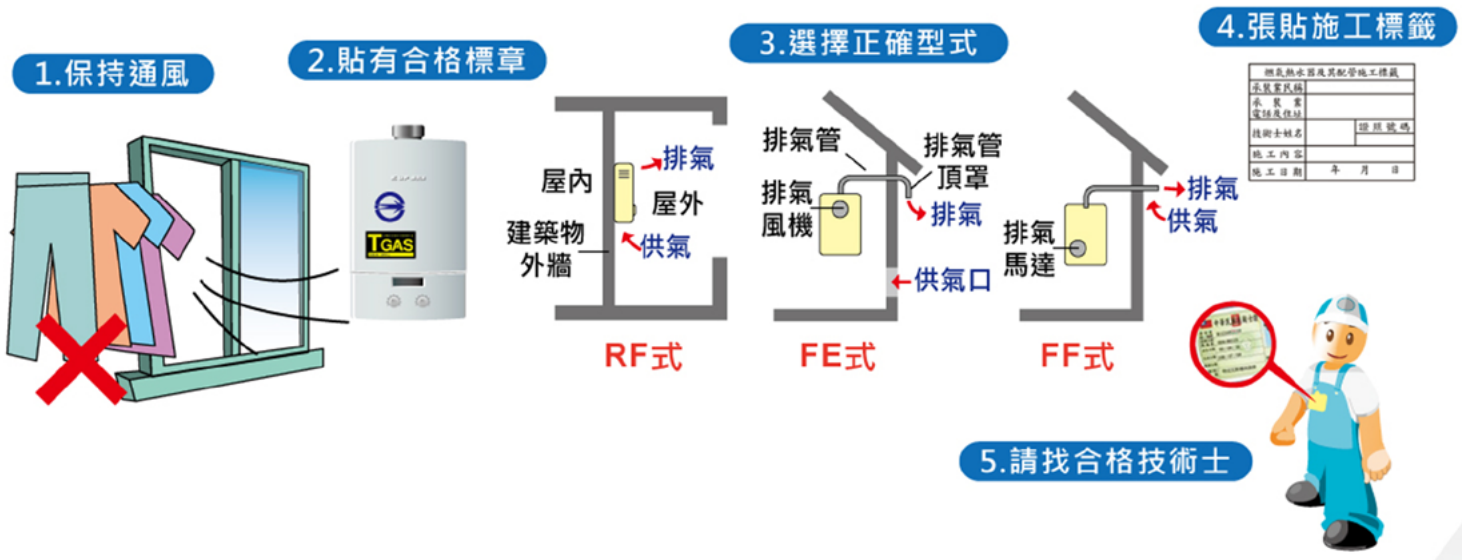
防範一氧化碳中毒

認識一氧化碳

一氧化碳主要是因為瓦斯燃燒不完全而產生，為無色、無味氣體，其與血液中血紅素結合率卻是氧氣的 250～300 倍，只要吸入少量即有可能導致中毒，甚至因而死亡。

遵守「五要」，以避免一氧化碳中毒

1. 要保持環境的「通風」：避免陽台違規使用、加裝門窗、紗窗不潔及晾曬大量衣物等情形。
2. 要使用安全的「品牌」：熱水器應貼有CNS(國家標準)及TGAS(台灣瓦斯器具安全標誌)檢驗合格標示。
3. 要選擇正確的「型式」：屋外式(RF)熱水器應裝置於室外通風良好處所；室內型燃氣熱水器(FE、FF)等熱水器，應裝設適當的排氣管。
4. 要注意安全的「安裝」：由合格技術士依標準安裝，並張貼施工標籤。
5. 要注意平時的「檢修」：熱水器應定期檢修或汰換，如發現有水溫不穩定、改變熱水器設置位置或更換組件時，均應請合格技術士為之。



發現一氧化碳中毒情況，應保持冷靜，並採取下列步驟：



1. 立即停止使用燃氣熱水器
2. 立即打開門窗使空氣流通
3. 將中毒者移到通風處鬆解衣物，並抬高下顎
4. 盡速撥打119求助
5. 觀察若已無反應及呼吸應立即施以心肺復甦術(CPR)

桃園市政府 Taoyuan City Government
桃園市政府消防局 Taoyuan Fire Department

民眾如有市政問題，歡迎多加利用 **1999** 專線洽詢
桃園市境內民眾請撥 **1999**
外縣市民眾請撥 **03-2189000**