

## 岸上的處理及協助

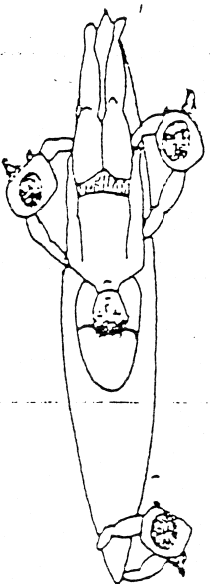
### 將溺者轉送沙灘擡架隊 Reel and line

若波浪太大，而獨木舟復載運溺者上岸可能自困難。救生擡架隊的施救員 (belman) 可協助拯救，施救員於獨木舟後，拖艇筏至接近岸線 (Surf line)。接過溺者，由拉繩員及擡架隊員協助把溺者送回岸。

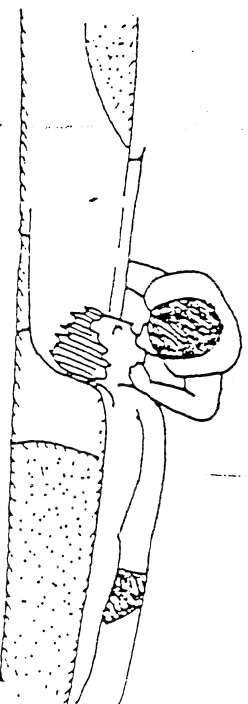
### 救生獨木舟担架的使用 Canoe Stretcher

救生獨木舟的後甲板及手柄，可用作担架輸送傷者。把傷者仰臥於後甲板，頭置於船中後頭，使傷者氣道暢通並方便施行人工呼吸。(圖：十一)

輪流時由兩名救生員分兩邊提起後甲板手柄，第三名救生員抬著艇頭，第四名救生員可施行人工呼吸。(圖：十二)



圖：十一：救生獨木舟担架 Canoe Stretcher



圖：十二：利用獨木舟船口施行人工呼吸  
FAIR—use of cockpit

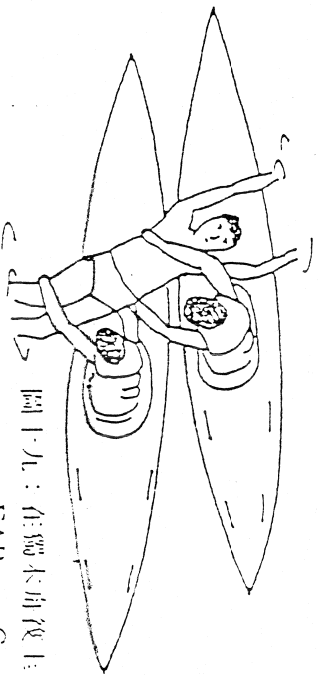
## 兩名救生員的拯救法

第一名救生員划近溺者，跳艇並利用獨木舟作支持，施行人工呼吸。第二名救生員將拖繩扣在第一名救生員的獨木舟繩環，拖行回岸。若扣在距離溺者較遠的一端，拖行比較容易。

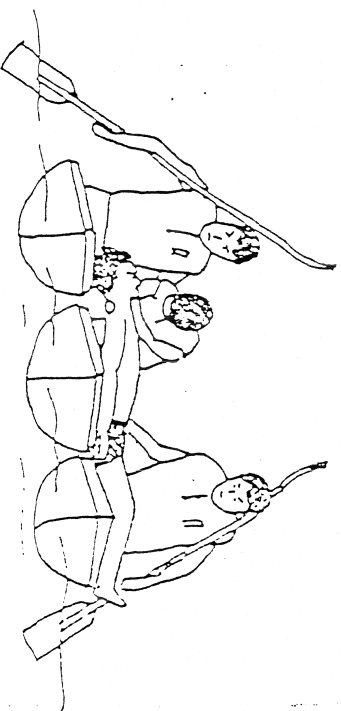
### 三名救生員的拯救法

第一名救生員划近溺者，緊握溺者雙手，使其背向獨木舟。第二名救生員在第一名救生員旁靠岸，扣成獨木舟筏，協助把溺者拉起仰臥於艇筏之前甲板，施行人工呼吸(圖十九)。第三名救生員在前拖行獨木舟筏。

另一方法是三艘獨木舟扣成獨木舟筏，由兩旁的救生員用「J」型槳(單槳)輸送溺者回岸。(圖二十)



圖十九：在獨木舟筏上施行人工呼吸  
FAIR on Canoe Raft



圖二十：獨木舟筏輸送  
Canoe Raft Carry

## 獨木舟活動基本急救常識 First Aid

急救的定義：

急救是在意外或急病發生時，任何在場人仕，以符合醫學原理的方法，利用現場可用的物資，在未得到醫療救護前，給予傷、患者適當的處理。

急救用品：

在每次出發前，必須檢查急救用品是否齊備及足夠應用。急救用品應包括以下各類：敷料，綁帶（捲軸綁帶及三角綁帶），紗棉，黏貼膠布，剪刀，扣針，小刀，捲針，螺絲，消毒酒精，消毒紗布或軟布，火柴，噴霧，記事簿及鉛筆。（數量可視乎參與人數及需求而定）。

以下任何嚴重的傷病必須由急救人員轉送醫院治理：

呼吸停止的傷者 No breathing

施行人工呼吸，目前最有效是吸氣人工呼吸（Expired Air Resuscitation），如傷者心臟停止跳動，須一併施行體外壓心法（External Cardiac Compression）

出血 Bleeding

用敷料遮蓋傷處，並用綁帶裹緊。若傷口有異物，則可用架高敷料或環形墊物起後包裹，最後交由醫生處理。

休克 Shock

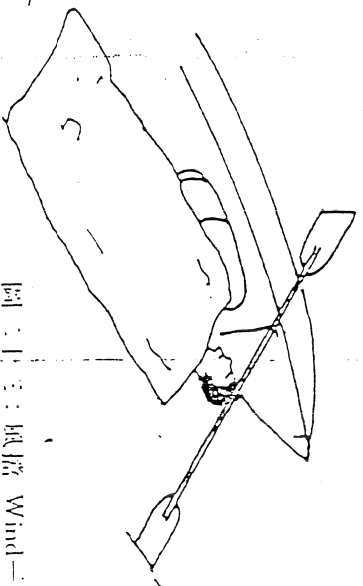
安放傷者於舒適位置，給予保暖，並盡量安慰以解除他的憂慮。

骨折 Fracture

凡有脫臼或骨折，須小心將傷處固定在夾板或身體上，傷處周圍需要足夠的墊物。若斷骨的一端穿出血處皮外，須先包裹及制止出血，其後急送醫院救治。

風擋 Wind-break

在岸上處理暴寒傷者時，救生獨木舟可用作臨時的擋風掩蔽。將傷者躺在暴寒膠袋中，把獨木舟置於傷者旁受風的一面，艇艙一邊着地，艇底向外成屏風狀，將塑膠袋頂部壓向內，扭側成直角，另一端繫集在地面作支撐。（圖二十三）



圖二十三：風擋 Wind-break

## 搜索失踪者 Search

在進行搜索前，首先知悉失踪者的性別、年齡，所穿衣着及懷疑失踪地點。搜索範圍必須包括海面及順流的方向。由於範圍廣闊，應整列獨木舟橫排，每艘相距約十米，同一方向掃蕩搜索。除往視海面外，亦需留意水中。晚間搜索應帶備頭燈及電筒作照明用途。

### 暑熱疲竭 (中暑) Heat Exhaustion

將患者放置於陰涼地方，用濕布或冰屑抹患者身體，並可給冷食鹽水飲服。(約半茶匙鹽和500毫升冷水)

### 暴寒 Hypothermia

可能情況下換上乾衣服，在暴寒那覺冷及掩蔽的地方休息。如無阻寒氣道的危險，可給暖糖水或高熱量食物使恢復體溫。

### 痙攣 Cramp

通常因肌肉抽緊，過冷或血液循環不足引起。宜按摩痛楚部位及輕微移動該肢體。

### 起泡 Blisters

由運動磨擦而起之水泡，宜在初期(未破前是時)處理。先洗淨該範圍，用輕過消毒的針刺破水泡，使液體流出，然後用吸料覆蓋保護傷處，避免發癢。

### 嘔吐及肚瀉 Vomiting & Diarrhoea

多由於吃了不潔或生冷食物引起，最大危險是患者失去大量水份，宜給與足夠飲料作補充。嚴重情況必須由醫生診治。

### 昆蟲刺傷 Stings

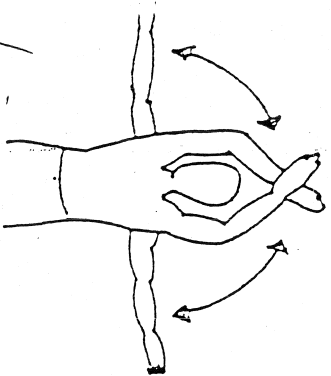
普通會引起腫脹和疼痛，可擦上消毒劑 (Amdisan) 或重碳酸鉀 (Sodium bicarbonate) 軟膏減輕疼痛。刺傷部份若在眼睛或喉部，可用布敷，並急送醫院治理。

## 獨木舟救生員常用的通訊信號

- 〈甲〉岸上救生員發出
- 〈乙〉獨木舟救生員發出

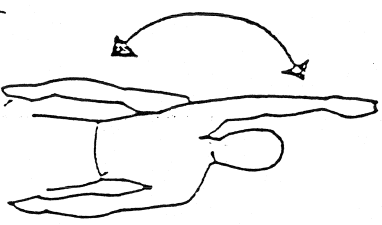
動作

用途



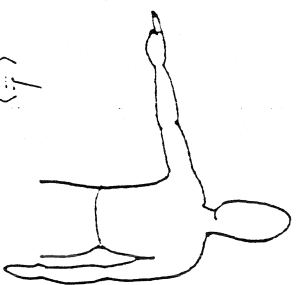
- 〈甲〉引起注意
- 〈乙〉引起注意

雙手在頭上，左右擺動



舉高單手，立刻放下

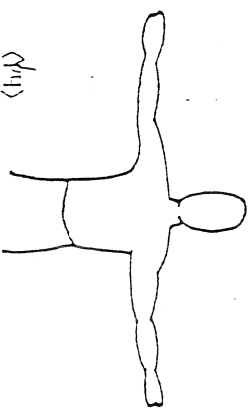
- 〈甲〉已明瞭所發訊號
- 〈乙〉同上(或可用雙手舉與水面平行，立刻放下)



〈乙〉

單手橫伸，指示方向

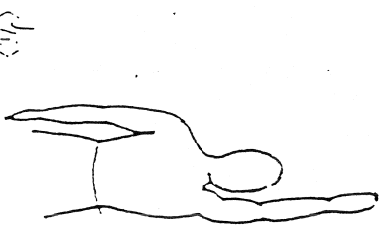
〈甲〉 請依指示方向前進  
〈乙〉 我將在這方向前進



〈甲〉

雙手橫伸，與地面平行

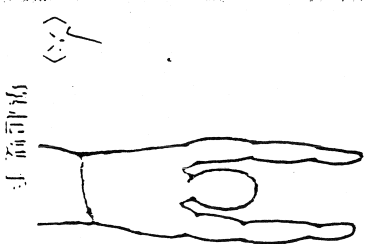
〈甲〉 請停在現時的位置  
〈乙〉 我已停止前行



〈乙〉

舉起單手

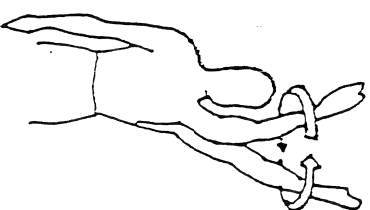
〈甲〉 請回到這邊（前行）  
〈乙〉 我將回到這邊



〈乙〉

舉起雙手

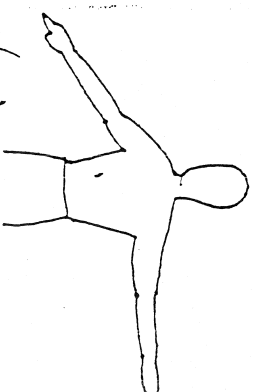
〈甲〉 請向後移動  
〈乙〉 我將向後退



〈乙〉

單手在頭上作圓形搖動

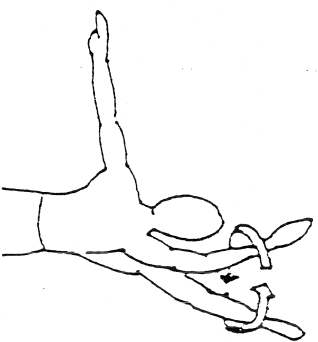
〈甲〉 你已經到達搜索位置  
〈乙〉 請指示下一步驟



〈乙〉

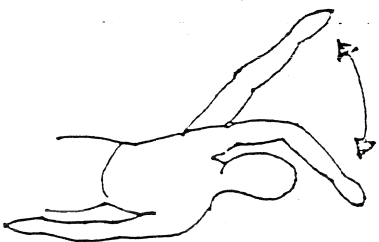
單手橫伸，另一手作45°  
指向水中，顯示方向

〈甲〉 請偵查在這方向的  
水中物體



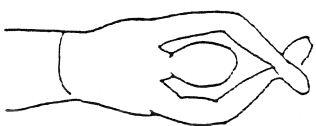
〈九〉 單手在頭上作圓形搖動，另一手微伸，指示方向。

〈甲〉 請按起槳方向的位置。



〈十〉 單手在頭上左右擺動。

〈甲〉 訊號不明，請重發。  
 〈乙〉 訊號不明，請重發。



〈十一〉 雙手舉高成 V 字形。

〈甲〉 本誌要進一歩的協助。  
 〈乙〉 不需要進一歩的協助。

## 基本獨木舟訓練 常用名詞中英對照表

Launching	撥進	'HI'-rescue	「HI」式拯救法
Embarking	上艇	'X'-rescue	「X」式拯救法
Disembarking	落艇	Rafted X rescue	艇後「X」式拯救法
Emptying	清理	Eskimo rescue	愛斯基摩式拯救
Paddling forward	向前划行	bow presentation	船頭式
Paddling backward	向後划行	paddle presentation	橫槳式
Emergency Stop	急停	Swimmer to	泳者救艇法
Sweep stroke	掃槳	canoe rescue	
Stern rudder	船尾舵	Rolling	翻滾
Slap for support	擊水平衡	All-in-rescue	全套獨木舟方法
Draw stroke	向後划行	Swimming in	覆角後連槳救法
Rafting	組獨木舟筏	canoe	
Capsize	覆角	Tow	拖行
Sculling draw	搖槳式划行	Carry	載運
Sculling for support	搖槳式平衡		
Bow rudder	船頭舵		
Gross bow rudder	橫槳式船頭舵		
Telemark	擊水急轉向		
high brace turn	高身式		
low brace turn	低身式		
Hanging draw	提手式划行		