|  |  |
| --- | --- |
| 學科能力測驗游泳池篇 |  |
|  游泳池救生概論 | 4 |
|  游泳池安全常識 | 9 |
|  游泳池急救 | 13 |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

類別：游泳池救生概論

一、是非題：

1. （Ｘ）基本救生是指具備救生員資格或曾接受正式救生訓練的人對溺者所實施的救生方

法。

1. （Ｏ）會游泳不等於會救生，一位金牌選手如果沒有受過救生訓練是不可貿然入水救溺。
2. （Ｏ）救溺原則為器材救援勝於徒手救援，岸上救援勝於入水救援，團體救援勝於個人

 救援。

1. （Ｏ）只要有正確的安全方法，不會游泳的人也可以做岸上救生。
2. （Ｏ）在水中有意外時設法救自己，如無法自行靠岸時應保持體力用最少體力在水中維

持最長時間以待救援。

1. （Ｘ）救生游泳中側泳和基本仰泳是接近溺者最好的泳式。
2. （Ｏ）涉水救溺接近溺者時，須在人1.5公尺至2公尺處做緊急停泳，做好預備動作，

身體側身，觀察溺者，安慰溺者。以便決定最適當的方法救援。

1. （Ｏ）接近溺者時，以背面接近為安全的方式，可避免被糾纏。
2. （Ｏ）徒手游泳救生是最危險的救生方式。
3. （Ｏ）救者在水中避免被溺者糾纏，以免發生危險的方法為防衛法。
4. （Ｏ）背面接近使用時機為溺者掙扎激烈時。
5. （Ｏ）跨步式入水法使用時機為水清，足以判斷水中無危險物存在時。
6. （Ｏ）參加水上安全與救生訓練的目的是，學習水上安全知識及救援方法。
7. （Ｏ）救生人員執行救援工作時最優先的考量為自身安全，盡可能使用救生器材。
8. （Ｘ）使用器物救援中竹竿救人方式，係直接將竹竿朝溺者正面遞給溺者即可。
9. （Ｏ）徒手入水游泳救生方式是最危險的救生方式，應在無其他救生方式可用時才可為

之，並應特別小心、謹慎。

1. （Ｏ）一個人衣著整齊而不慎落水時，其脫衣順序應先脫去外衣，次為鞋襪，再次為長

褲襯衣，並將長褲襯衣做成浮具，藉以漂浮。

1. （Ｏ）採用跨步式入水法入水時，其入水處水深須及腰以上，救者須持續觀察溺者，入

水後頭部不可沒入水中。

1. （Ｘ）徒手水上救生中之~~雙~~拖腋帶人法，具有操作方便與安全的特性，救者使用抬頭蛙

泳拖帶，較適合長距離帶人。

1. （Ｘ）游泳池救生員最優先使用的起岸法為消防員式起岸法。
2. （Ｏ）若在水中救起無呼吸之溺者時，狀況許可下應在水中對溺者先行實施人工呼吸。
3. （Ｘ）一個合格的救生人員，須具有優於常人的游泳技術與體力，因此，對於各種水域

之警告或禁止標誌，可不予理會。

1. （Ｏ）當發現溺者，除非離岸邊過遠，否則最先採用之救生方式應為基本救生。
2. （Ｘ）在岸上以救生槍救生方式，不屬於基本救生。
3. （Ｘ）只要本身游泳技能好、體能也佳，不必學習自救法也可以成為救生員。
4. （Ｘ）仰漂時應將身體放輕鬆，換氣原則為快呼快吸、吸少呼多，並將新鮮空氣吸入肺

腔內。

1. （Ｏ）當失足落水時，利用衣服求生與自救是最方便的方法。
2. （Ｘ）徒手救援是最快速最安全的救援方式。
3. （Ｏ）抬頭捷泳、抬頭蛙泳適用於接近溺者之泳姿。
4. （Ｘ）使用帶人法在水中拖帶時，不需視溺者情況而使用不同方式拖帶。
5. （Ｘ）涉水救援的要件為風平浪靜，無湍急水流且水深不超過救援者的腰部。
6. （Ｏ）求生泳是在水中運用最少的體力，維持最長時間的游泳方式。
7. （Ｘ）接近溺者時，不需做任何動作，直接拉回溺者即可。
8. （Ｏ）踩水又稱為立泳，被廣泛的運用於水上活動，對水上求生有很大的應用價值。
9. （Ｘ）馬鞍式起岸法適用於深水區。
10. （Ｘ）岸上做手援救生時，溺者離岸較近，救援時可在岸上採半蹲姿勢或雙腳開立，正

 面營救。

1. （Ｏ）救援過程中，應使溺者口鼻部始終露出水面，能夠呼吸空氣。
2. （Ｏ）所謂靜水救生，是指在普通靜水之水域或游泳池的救生。
3. （Ｘ）為了救人優先實施水下搜索不要等待支援可單獨作業以爭取時效。
4. （Ｏ）若游泳選手不懂救生，在水中任意施救，仍然很危險。
5. （Ｏ）遇到有人溺水時，能在岸上執行藉物救生，是最安全的方法之一。
6. （Ｏ）救生要有三種順序，第一是伸→第二是拋→第三是划。
7. （Ｏ）觀察是游泳池安全與救生中最重要的一環。
8. （Ｏ）踩水的方法很多，比較常見的是直立式蛙式踩水動作。
9. （Ｏ）解脫是利用反關節和槓桿原理，掙脫溺者的抓和抱。
10. （Ｏ）解脫後應有利於控制溺者，避免第二次被溺者抓住。
11. （Ｏ）救生技術之接近法，包括有正面接近、背面接近、水中接近、水底接近等方式。
12. （Ｘ）用棍、棒、竹竿伸給溺者施救時，直接由前面遞給溺者即可。
13. （Ｏ）漂浮技巧是一水中自救法，用最少的體力維持最長的水上生機。
14. （Ｏ）不論那一種救生都先要保障自己，有了自身安全，才能談到去救助他人。
15. （Ｏ）涉水救生順序以手援、腳援、人鏈、物援。
16. （Ｘ）救生游法指的是捷泳、仰泳、蛙泳、蝶泳。
17. （Ｘ）抬頭捷泳的好處是能省力快捷。
18. （Ｏ）抬頭蛙泳的好處是能清楚辨別目標方位。
19. （Ｏ）抬頭蛙泳的泳姿救生時，在較長距離用抬頭蛙泳可以耐久，而較不費力。
20. （Ｘ）踩水時身體直立呈“大”形，利用身體曲折面積，以增加浮力。
21. （Ｘ）求生法的水中脫衣物是先脫長褲，再脫上衣。
22. （Ｘ）打樁式入水使用時機：水清澈，水深1公尺以上，岸上與水面距離2公尺以上。
23. （Ｏ）淺跳式入水使用時機：水清澈，水深1.5 公尺以上，在比賽時，常用的入水姿勢。
24. （Ｏ）跨步式入水使用時機：水清澈，水深2公尺以上，岸上與水面距離l公尺以上。
25. （Ｏ）解脫法原則：吸氣→收下顎→撥水下沉→用各種解脫方法脫身。
26. （Ｏ）直拉式起岸法使用時機，適在游泳池，用於已昏迷或無行動能力的溺者帶上岸時

所使用。

1. （Ｏ）踩水可分為剪式、腳踏車式、蛙式及攪蛋式踩水。
2. （Ｏ）接近溺者時，以背面接近較為安全。
3. （Ｏ）起岸法有單人起岸、馬蹬式、直拉式、消防員式、馬鞍式及背負式六種。
4. （Ｏ）接近法有背面接近、正面接近、正面潛水接近、正面潛水背面接近、水中接近、

水底接近。

1. （Ｏ）防衛躲避法有單手推離、單足壓離、逆退、潛避、防衛兼帶人。
2. （Ｏ）解脫法共有正面抱頭、正面纏頸、背面纏頸、抓腕及雙溺者解脫五種。
3. （Ｏ）帶人法有托顎、摟胸、抓髮、雙手托臂、托顎鎖腕、雙手鎖肩、乏泳(疲乏帶人)、

抓衣帶人。

1. （Ｘ）起岸法中消防員式須水深過胸。
2. （Ｘ）溺者掙扎不嚴重且意識清楚，手臂在視線可察之明確位置時，救生員可用水中接

近的方法接近溺者。

1. （Ｘ）當溺者沉在池底臉朝下時，救生員應位於溺者頭頂上方，雙手托顎迅速將溺者帶

出水面。

1. （Ｘ）在游泳池內，將清醒的溺者帶回岸邊時，用直拉式起岸法，將溺者救上岸。
2. （Ｘ）起岸法中的消防員式是最適合使用於游泳池。

類別：游泳池救生概論

二、選擇題：

（1）1.救生人員執行救援工作時，最優先的考量為（1）保護自己（2）支援同伴（3）拯救溺者（4）以上皆非。

（4）2.下列何者不屬於基本救生方式（1）手援腳援（2）物援（3）拋繩袋（4）背浮標入水。

（4）3.容易造成抽筋之原因，下列何者為錯（1）水溫過低（2）身體不適或疲勞（3）下水前未作熱身操（4）在禁止水域游泳。

（1） 4.發現溺者，要接近溺者時，所使用救生游泳方式，何種方式較適當（1）抬頭捷泳（2）基本仰泳（3）蛙式游泳（4）側泳。

（2）5.接近溺者時，為了避免被溺者因掙扎而纏抱，產生危險，而所採取事先的、預防性的自我保護防備措施，這種方法稱為（1）解脫法（2）防衛法（3）帶人法（4）起岸法。

（2）6.任何時間接近溺者，如無特殊狀況，應採取何種方式接近溺者，才較能避免被溺者抓抱或糾纏（1）正面接近（2）背面接近（3）水中接近（4）水底接近。

（4）7.就水上救生而言，當救者被溺者抓住或纏抱時，想要脫身的方法就叫解脫法，其最重要的三要訣，下列何者為錯（1）吸氣（2）縮下顎（3）撥水下沉（4）側身接近。

（2）8.長距離拖帶溺者，使用何種帶人法較適當（1）托顎帶人（2）雙托臂帶人（3）摟胸帶人（4）雙鎖肩帶人。

（2）9.水面拖帶溺者時應保持溺者（1）手部（2）口鼻（3）胸部（4）腳部 露出水面。

（4）10.使用救生繩袋救援時，拋擲位置何者為佳（1）溺者前方（2）瞄準溺者（3）搶時間隨意拋（4）超過溺者頭部並於溺者伸手可及之處。

（2）11.徒手救生游泳方式中，何種方式可使用於拖帶溺者（1）抬頭捷泳（2）側泳（3）抬頭蛙泳（4）基本潛泳。

（3）12.當發生溺水事件時最安全的救援方式是（1）入水救援（2）涉水救援（3）岸上救援。

（2）13.救者入水游泳救援時，最快速接近溺者的救援游法是（1）側泳、（2）抬頭捷泳、（3）抬頭蛙泳。

（2）14.基本仰泳的臂部動作是（1）伸出水面、（2） 貼於胸部向兩側平伸、（3）與仰泳相同。

（2）15.從高處入水較佳的入水方式應採用~~是~~（1）跨步式入水、（2）打樁式入水、（3）平跳式入水。

（3）16.溺者頭部露出水面且掙扎很厲害時救者應用（1）正面接近、（2）正面潛水接近、（3）背面接近。

（2）17.普通用在救援疲乏的泳者時，大多是用（1）抬頭捷泳、（2）抬頭蛙泳、（3）基本仰泳。

（1）18.溺者昏迷不能上岸、溺者與救者體重相當時，用（1）直拉式（2）交叉式（3）消防員式 上岸法。

（3）19.在游泳池中救起溺者，當溺者是清醒的時候，以何種起岸方式較輕鬆適當（1）消防員式（2）馬鞍式（3）馬蹬式（4）直拉式。

（3）20.下列何者不是防衛法？（1）單手阻擋（2）雙手下壓（3）上抓法（4）單腳蹬離。

（2）21.溺者懸浮於水中時，適合用哪一種接近法？（1）水底接近（2）水中接近（3）正面接近（4）背面接近。

類別：游泳池安全常識

一、是非題：

（Ｏ）1.解脫之要素為吸氣、收下顎、撥水下沉。

（Ｏ）2.抽筋發生原因之一為經過長時間的運動，引起肌肉疲勞時，未休息而繼續運動所產生。

（Ｏ）3.抬頭捷泳使用時機為救者入水速度較快到達溺者前面實施救生。

（Ｏ）4.基本仰泳使用時機為雙托腋，雙手抱頭，雙手托肘時使用。

（Ｘ）5.水中救溺脫衣程式為先脫去鞋襪，次為外衣，再次為長褲襯衣。

（Ｘ）6.身為救生人員，應發揮人溺己溺精神，遇人淹溺，即應以最快速度接近溺者，對於溺者不必有所防衛，以便能爭取黃金救援時間。

（Ｏ）7.徒手入水游泳救生方式是最危險的救生方式，應在無其他救生方式可用時才可為之，並應特別小心、謹慎。

（Ｏ）8.當一個人衣著整齊而不慎落水時，應將其身上衣著脫除，其脫衣順序應先脫去外衣，次為鞋襪，再次為長褲襯衣，並將長褲襯衣做成浮具，藉以漂浮。

（Ｏ）9.採用跨步式入水法入水時，其入水處水深須及腰以上，救者須持續觀察溺者，入水後頭部不可沒入水中。

（Ｘ）10.救者游向溺者採取抬頭捷泳或側泳最為適當，並應隨時注意溺者的位置。

（Ｘ）11.徒手水上救生中之雙拖腋帶人法，具有操作方便與安全的特性，救者使用抬頭蛙泳拖帶，較適合長距離帶人。

（Ｏ）12.採用淺跳式(平跳式)入水法入水時，其入水處水深至少1公尺以上，入水後立即挺腰使頭部隨即露出水面，以便找到溺者位置。

（Ｘ）13.在游泳池發現溺者，應立即跳入水中徒手救援溺者。

（Ｘ）14.救者在接近溺者太近時，溺者欲抱住救者而未抱住時，應使用解脫法脫離溺者。

（Ｏ）15.乏泳帶人使用時機為溺者具備游泳技能，因身體疲倦無力、受傷、抽筋等原因暫時無法繼續游泳，需他人協助，使用前須充分溝通。

（Ｘ）16.游泳池救生員最優先使用的起岸法為消防員式起岸法。

（Ｏ）17.若在水中救起無呼吸之溺者時，狀況許可下應在水中對溺者先行實施人工呼吸。

（Ｏ）18.救生人員實施拯溺時，其採用的方法都須達到安全、迅速、有效三原則。

（Ｘ）19.一個合格的救生人員，須具有優於常人的游泳技術與體力，因此，對於各種水域之警告或禁止標誌，可不予理會。

（Ｏ）20.從事水上活動及水上救援訓練服務工作，應做好個人安全防護工作。

（Ｏ）21.漂浮為水上求生必備的技能。

（Ｏ）22.水中抽筋，多發生在水冷、肌肉疲勞、受撞擊等情況下。

（Ｘ）23.跨步式入水，適用於深水區。

（Ｘ）24.救者在水中防止被溺者抓抱的技術，稱為「解脫法」。

（Ｘ）25.救援有意識的溺者，正面接近比背後接近來的有利。

（Ｘ）26.在不瞭解水中的情況時，應用平跳式入水法入水。

（Ｏ）27.利用水中任何可資利用的漂浮物，可延長在水面漂浮時間，增加獲救機會。

（Ｏ）28.背面接近使用時機為溺者掙扎激烈時。

（Ｏ）29.抽筋發生原因之一係情緒過度緊張。

（Ｏ）30.跨步式入水法使用時機為水清，足以判斷水中無危險物存在時。

（Ｏ）31.游泳肌肉抽筋常發生的部位以小腿之腓腸肌與比目魚肌最多。

（Ｏ）32.飯前、飯後或劇烈運動後，不宜即刻下水。

（Ｏ）33.溺者正在下沉時可以採水底接近。

（Ｘ）34.溺者突然雙手向下抱住救者頭部時，救者可採單足壓離防衛躲避。

（Ｏ）35.馬蹬式起岸法使用時機為溺者清醒時，可利用此法。

（Ｘ）36.溺者頸椎受傷時，可使用拖顎帶人。

（Ｏ）37.溺者已失去知覺或半昏迷時，可使用抓髮帶人。

（Ｏ）38.溺者具游泳技術，因故暫時無力繼續游泳，須他人協助可使用乏泳帶人。

（Ｏ）39.時間緊迫，須快速出發時，可使用淺跳式入水法。

（Ｏ）40.入水處之水深至少3公尺以上，可使用打樁式入水法。

（Ｏ）41.不論那一種救生都先要保障自己，有了自身安全，才能談到去救助他人。

（Ｘ）42.所謂水中救生就是會游泳的人應立即下水去救，分秒必爭。

（Ｏ）43.水的特性是壓力、阻力、浮力、重力。

（Ｘ）44.物體在水中的浮沉，取決於物體比重的大小，比重大於水則浮，小於水則沉。

（Ｏ）45.水上運動發生的運動傷害較少，但是一旦遭受水上意外事件，都是非常嚴重的。

類別：游泳池安全常識

二、選擇題：

（2）1.下列何種設施不是游泳池之安全設備（1）潛水裝備（2）觀眾看台（3）魚雷浮標（4）救生(?)桿。

（3）2.水中發生意外事件的原因，是因為溺者本身的（1）驚恐慌張 （2）體力耗竭（3）以上皆是。

（1）3.若在水中離岸很遠、或是需在原處休息待援時，應使用（1）水母漂、（2）踩水、（3）韻律呼吸。

（3）4.基本潛水使用之浮潛三寶何者為非（1）面鏡（2）呼吸管（3）救生衣（4）蛙鞋。

（3）5.下列何者不屬於人人均可實施之基本救生（1）手援（2）物援（3）潛水（4）人鏈。

（4）6.下列何者屬於溺水意外之原因：（1）水域環境不熟悉（2）暖身不足（3）逞強（4）以上皆是。

（4）7.抽筋是發生水上意外因素之一，下列何者屬於抽筋的發生原因（1）長時間運動，休息不足（2）運動姿勢不正確（3）水溫太低（4）以上皆是。

（3）8.救者距水面約5公尺的船面上時用何種方式入水（1）跨步式（2）平跳式 （3）打樁式。

（4）9.容易造成抽筋之原因，下列何者為錯（1）水溫過低（2）身體不適或疲勞（3）下水前未作熱身操（4）在禁止水域游泳。

（3）10.仰漂的動作：（1）深吸一口氣後頭部後仰，雙手向兩旁成大字狀，掌心向上（2）換氣方式為吸多呼少，且須短促（3）吐氣之後，稍作延遲再深吸一口氣（4）換氣時機是在上升口鼻露出水面及口鼻持在水面時 何者為錯。

（1）11.肌肉最容易痙攣的部位，下列何者為非：（1）手指腳趾（2）抽筋是肌肉急劇~~縮收~~收縮（3）暖身不足情緒太過緊張容易抽筋（4）腓腸肌是在小腿的後方。

（3）12.抽筋的預防，下列何者為非：（1）身體不適或疲勞不宜下水（2）水溫太低暖身不足不宜下水（3）飯前飯後或劇烈運動後需休息片刻方可下水（4）不要遽增運動的負荷強度或突然改變運動的方向。改語意

（4）13.跨步式入水以下何種情況不可使用（1）水清（2）水深及腰（3）水中無危險物（4）水混濁。

（2）14.正面抱頭解脫何者不是（1）救者低頭縮下額（2）雙手按在溺者胸部（3）轉180度（4）使溺者臉朝上。

（1）15.正面纏頸解脫何者不是（1）救者按住溺者脖子（2）掌封口指按鼻（3）溺者轉180度（4）使溺者臉朝上。

（1）16.何者帶人錯誤（1）不一定要控制溺者（2）由背後拖帶最安全（3）溺者身體水平（4）呼吸微弱要吹氣。

（1）17.托顎帶人何者錯誤（1）掙扎很厲害（2）托顎的手伸直（3）反剪側泳前進（4）不可按住喉嚨。

（4）18.摟胸帶人何者錯誤（1）掙扎厲害（2）用托顎之手直接摟胸（3）穩定控制溺者（4）肘關節平貼溺者胸前。

（4）19.托顎帶人使用時機（1）溺者頭部露出水面（2）溺者神智尚屬清醒，且掙扎不厲害時（3）溺者頸脊椎未受傷時（4）以上皆是。

（3）20.踩水不含(1)蛙式踩水(2)剪式踩水(3)鐮刀式踩水(4)腳踏車式踩水。

（4）21.預防抽筋可採(1)下水前做準備運動(2)隨時補充鹽分的消耗(3)水溫過低時不宜下水(4)以上皆是。

（3）22.水中發生意外事件的原因，是因為溺者本身的（1）驚恐慌張(2)體力耗竭（3）以上皆是。

（3）23.當發生溺水事件時最安全的救援方式是（1）入水救援、(2)涉水救援、（3）岸上救援。

（2）24.正面接近時，救者右手抓溺者的（1）左手（2）右手（3）都可以。

（1）25.溺者沒有呼吸有心跳應實施（1）人工呼吸（2）CPR（3）都可以。(移至急救)

（4）26.何時不宜下水游泳 (1)疲憊(2)飲酒(3)飯前及飯後(4)以上皆是。

類別：「游泳池救生員檢定」急救

一、是非題：

1. （Ｘ）人體呼吸系統負責體內外氣體交換，吸氣時攝取空氣中的二氧化碳，呼氣時排出體內的氧氣。
2. （Ｏ）空氣經由鼻腔進入肺臟到細支氣管這一段空氣通道，稱之為呼吸死腔，約佔呼吸空氣量的30%。
3. （Ｏ）人體的循環系統：包括「心臟」與「血管」(血管：包括動脈、靜脈、微血管)。
4. （Ｏ）心臟一縮一張的節奏性活動，將新鮮血液輸送到全身組織細胞，為維持生命最重要的原動力。
5. （Ｏ）心臟將含有CO2血液經右心室送到肺臟進行氣體交換後，送回左心房，此稱為小循環。
6. （Ｏ）心臟將含有O2血液經左心室送到全身，收集全身CO2及廢物運回右心房，此稱大循環。
7. （Ｏ）告訴傷患「我接受過急救訓練，我可以幫助您」，該陳述可使傷患鎮定與安心。
8. （Ｘ）CPR操作步驟：叫(喚醒)、叫(求救)、A(氣道)、B (呼吸、人工呼吸)、C(循環、CPR)。
9. （Ｏ）因舌頭附著於下顎，當抬起下巴時，舌頭會隨著離開咽喉後壁，因此呼吸道就能暢通無阻。
10. （Ｘ）若口內有異物時，不必使用手指清除口內異物後，再壓額/抬起下巴，以暢通傷患的呼吸道。
11. （Ｘ）操作「口對口人工呼吸」的吹氣時，也可使用在服毒而昏迷之患者。
12. （Ｏ）若空氣吹不進去時，重新抬高下巴再次吹氣；仍吹不進去(呼吸道哽塞)用哈姆立克法急救。
13. （Ｘ）兒童呼吸道哽塞急救術：拍背5下、壓胸5下、清除口腔異物、抬高下巴、口對口人工呼吸。
14. （Ｏ）CPR，就是指急救時要使用口對口人工呼吸與心外按摩兩種技術。
15. （Ｘ）單人操作CPR，心外按摩的按壓~~、~~與口對口人工呼吸的吹氣之比率為5：1。
16. （Ｘ）雙人操作CPR，心外按摩的按壓~~、~~與人工呼吸的吹氣之比率為15：2。
17. （Ｘ）檢查是否有流血時，因時間緊迫建議在接觸其血液、體液、黏膜或分泌物時，不需要穿戴手套。
18. （Ｏ）休克症狀：顏面蒼白、皮膚濕冷、脈搏快微弱、眩暈噁心嘔吐、煩躁不安、精神困惑狀。
19. （Ｏ）成人CPR胸部按壓部位是目測兩乳連線胸骨下半段。
20. （Ｏ）當AED正進行分析心律及電擊時，救者或旁人均不可接觸與碰觸患者。
21. （Ｏ）重度呼吸道哽塞症狀是 :無法說話 、無法呼吸 、無法咳嗽。
22. （Ｘ）頸椎受傷患者應採用復甦姿勢以減緩傷勢惡化。
23. （Ｏ）實施頸脊椎固定法一定要保持患者的頭、頸、上半身成一直線。
24. （Ｘ）當有呼吸無脈搏時，為心肺復甦術的使用時機。
25. （Ｏ） 輕度(部份)呼吸道哽塞症狀是 : 說話困難、呼吸困難、咳嗽。
26. （Ｘ） AED電極貼片清洗後可重複使用。
27. （Ｏ）哈姆立克法操作是使橫膈膜突然向上，壓迫肺部，以使阻塞氣管之異物噴出。
28. （Ｏ）對於無意識者以哈姆立克法急救，施救者跨坐於傷患下肢處，兩手手指互扣後翹起，以手掌跟部置於傷患之肚臍與劍突中間，往下並往前推壓。
29. （Ｏ）單人救者操作成人CPR，其人工呼吸與胸部按壓之比率為2：30。
30. （Ｘ）燒燙傷之處理應先以冷水沖泡，至不痛後再擦上消炎膏預防患部發炎。
31. （Ｘ）口對口鼻人工呼吸法最適於施救成人患者時使用。
32. （Ｏ）患處實施冰敷時，最佳方式為冰敷20分鐘後，休息10分鐘為宜。
33. （Ｘ）對成人實施CPR，按壓速率為每分鐘80次。
34. （Ｘ）患者趨於休克時，橈動脈最後消失。
35. （Ｏ）CPR可考慮中止操作之條件之一，視患者能自發性呼吸，心跳、呼吸已恢復。
36. （Ｏ）當人體體溫達29.4℃~32.2℃為極度失溫狀態，可能導致死亡。
37. （Ｏ）一般擔架運送時，應使傷患腳朝前，上樓梯時頭朝上。
38. （Ｏ）急救的定義：指在醫護人員或救護車未到達前，對突然發生意外傷害或急症患者所做的緊急處理。
39. （Ｏ）意外傷害發生時的緊急處理步驟： 1.評估環境，2.初步評估，3.尋求支援，4.深入評估。
40. （Ｏ）骨骼、關節、肌肉損傷，以RICE為原則的處理： 1.Rest(休息)，2.Icing(冰敷)，3.Compressing(加壓)，4.Elevation(抬高)。
41. （Ｏ）肌肉抽筋常發生的部位為：小腿、足趾、足底、手指、大腿、上臂、腹部。
42. （Ｏ）呼吸道異物哽塞的排除法有：指深伸法、腹推法、胸壓法、背擊法、自救法。
43. （Ｏ）目前被世界公認為最有效的人工呼吸法是吹氣式人工呼吸法。
44. （Ｏ）當患者呼吸脈搏停止~~後~~4至6分鐘後，若不予以救援將導致腦細胞受損。
45. （Ｘ）胸部按壓時，傷患需要平躺在地板或硬板上，頭部應高於心臟。
46. （Ｘ） AED只適用於有知覺，沒有呼吸及血液循環之患者。
47. （Ｏ）復甦姿勢的用途是處理不省人事，而有呼吸及血液循環徵象的患者。
48. （Ｏ） AED的實施是生命鏈中重要一環。
49. （Ｏ）能在患者心臟停頓後的3~5分鐘內同時施行CPR及AED，可提高其生存率。
50. （Ｘ）對1~8歲之兒童施行CPR時，檢查患者動脈位置，應檢查肱動脈的跳動情形。
51. （Ｏ）兩名救生員在進行CPR時，約每兩分鐘5個循環，可以互相調換位置一次，施行胸部按壓以減輕救生員的疲累。
52. （Ｘ）游泳池內發生一位5歲小孩溺水，當你將他救起時，已無呼吸~~無~~心跳，且無人可協助時，你應吹兩口氣後，立即撥打119，請求支援。
53. （Ｘ）暢通呼吸道對有頸部損傷者應用壓額提下巴的方法。
54. （Ｏ）施救者胸部按壓的速率為100至120次／分鐘。
55. （Ｏ）施救者胸部按壓的深度為4~5公分，胸壁厚度為1~3公分。
56. （Ｏ）施行CPR，常見氣吹不進去的原因為頭後仰不夠、嘴巴未蓋全、鼻子未捏緊、嘴唇完全合攏等。
57. （Ｘ）對兒童實施人工呼吸，吹氣的頻率為每分鐘10~12次。
58. （Ｘ）對兒童實施胸部按壓的手法為兩隻手指。
59. （Ｏ）保存生命、防止脊椎損傷、穩定脊椎、搬離水面、儘速送醫為水上脊椎受傷施救原則。

類別：「游泳池救生員檢定」急救

二、選擇題：

（3）2.空氣經鼻腔吸入，經氣管進入肺臟，在肺臟的(1）支氣管 (2）細支氣管 (3）肺泡 進行氣體交換。

（2）3.正常人每分鐘呼吸次數是(1） 8 - 12次 (2） 12 - 15次 (3） 15 - 20次。

（2）4.心臟功用就像(1） 1個 (2） 2個 (3） 3個 肌肉幫浦，右心室負責小循環，左心室負責大循環。

（1）5.緊急評估處理是在現場立刻施行，必要時應先(1）移動 (2）不移動 (3）觀望 到安全區後再做。

（1）6.當意外受傷時，對清醒患者的處理方法是(1）傷害評估處理 (2）疾病評估處理 (3）緊急評估處理。

（2）7.當疾病突然發作時，對清醒患者的處理方法是(1）傷害評估處理 (2）疾病評估處理 (3）緊急評估處理。

（3）8.當意外受傷或疾病突然發作時，對昏迷患者的處理方法是(1）傷害 (2）疾病 (3）緊急 評估處理。

（3） 9.喚醒是用來檢查意識是否清醒，方法為(1）輕拍其肩 (2）出聲叫喚 (3）以上皆是 觀察有無反應。

（3）10.做喚醒步驟之後，若無反應時，應如何處置？(1）立刻呼叫幫手 (2）請人打119求救援 (3）以上皆是。

（3）11.輕拍其肩並出聲叫喚後，若未保持氣道暢通無反應時，應(1）抬高其下巴 (2）壓額 (3）以上皆是。

（2）12.使用看、聽、感覺檢查，若有呼吸時，將患者擺成(1）正躺姿勢 (2）復甦姿勢 (3）側躺姿勢 休息。

（1）13.使用看、聽、感覺檢查，若患者無呼吸時應立即給予(1） 2口氣 (2） 3口氣 (3） 4口氣 的人工呼吸。

（3）15.操作CPR時，檢查是否仍有脈搏跳動，檢查部位是在(1）橈動脈 (2）肱動脈 (3）頸動脈。改答案

（3）16.操作成人的人工呼吸，吹氣次數是每隔(1） 3秒鐘 (2） 4秒鐘 (3） 5秒鐘 吹氣一次。

（1）17.操作嬰兒的人工呼吸，吹氣次數是每隔(1） 3秒鐘 (2） 4秒鐘 (3） 5秒鐘 吹氣一次。

（1）18.操作兒童的人工呼吸，吹氣次數是每隔( 1）3秒鐘 (2） 4秒鐘 (3） 5秒鐘 吹氣一次。

（1）19.患者昏迷、無呼吸，有脈搏時，最有效的急救法是(1）人工呼吸 (2）心肺復甦術 (3）哈姆立克術。

（2）20.患者昏迷、無呼吸，經檢查頸動脈無脈搏時，應實施(1）人工呼吸 (2）心肺復甦術 (3）哈姆立克術。

（1）21. CPR操作時，胸部按壓的頻率，是每分鐘按壓(1） 100~120次 (2） 60~80次 (3）30~50。

（1）22.控制出血最有效的方法是：使用(1）直接壓迫 (2）~~加~~動脈壓迫點 (3）抬高患部。

（3）24.急救傷患在恢復後(1）擺成復甦姿勢休息、維持ABC正常 (2）等待救護車到來 (3）以上皆是。

（1）25.施行成人CPR時，胸部按壓與人工呼吸的比率為：（1）30：2（2）15：1（3）12：5（4）5：1。

（4）26. CPR應實施多久才可停止？（1）傷患已恢復心跳（2）有他人接替，或已到醫院由醫護人員接手（3）醫師宣佈死亡（4）以上皆是。

（1） 27.評估意識的方法以 (1) 呼叫及拍肩 (2)摸頸動脈 (3)看瞳孔 (4)以臉頰感覺氣息為正確。

（4）29.下列何者為頸脊椎固定法(1)肩關節、髖關節支撐法 (2)手夾板固定法 (3)頭、顎固定法(4) 以上皆是。

（1）30.患者無意識、有呼吸、有心跳，且無其他外傷時，應立即進行 (1)擺放復甦姿勢 (2)等待救援 (3)意識評估 (4)全身評估。

（3） 35.一般意識不清的患者，適合採用的姿勢是哪一種？（1）半臥坐　（2）抬高腳部　（3）復甦姿勢　（4）俯臥。

（4）36.操作CPR每2分鐘評估效果，應先檢查哪一項？（1）呼吸　（2）意識（3）咳嗽　（4）脈搏。

（2）37.腦部缺氧超過幾分鐘腦細胞即開始受損？（1）1-3（2）4-6（3）7-9（4）10-12　分鐘。

（3）38.單人或雙人操作CPR，胸部按壓2分鐘內需做（1）3個（2）4個（3）5個（4）6個 循環。

（2） 39.雙人操作CPR何者不正確？（1）1人吹氣1人按壓（2）吹氣者手肘不可著地（3） 30：2 （4）2分鐘5個循環。

（3）40.操作CPR時，下列何者不正確（1）設法求救（2）不得中斷7秒以上（3）頭高腳低（4）黃金時間4~6分鐘。

（3）41.有關暢通呼吸道，下列何者不正確？（1）平躺（2）壓額抬下巴（3）鬆脫之假牙不必取出。

（4）42.胸部按壓時（1）兩膝靠近溺者，跪地打開與肩同寬（2）兩手掌根重疊，手指翹起，手肘關節打直（3）以身體重量垂直下壓，壓力平穩不可使用瞬間壓力，放鬆時手掌不可離開胸骨（4）以上皆是。

（1）43.急救員處理危急事件時的首要任務是(1）評估現場環境是否安全(2）立即為傷者檢查傷勢(3）立即為傷者進行人工呼吸(4）立即致電求援。

（1）46.處理清醒的哽塞患者，應採用以下姿勢(1)讓患者站立，以前弓後箭的方式握推胸腔底部(2）讓患者站立，不予理會讓患者躺下(3）讓患者躺下，向上推壓胸腔底部(4）讓患者躺下，向下推壓腹部。

（2）47.當溺者的傷者被救離水面時，應使其將溺者保持(1）頭部向下(2）身體平躺(3）腳部放低(4）復甦姿勢。

（3）48.以下哪一項不是休克的癥狀？(1）皮膚濕冷(2）口渴(3)脈搏緩慢(4）焦慮不安。

（1）49.下列哪項是中暑的主要原因？(1）體內恆溫失常(2）脊椎擠壓過久(3）腳靜脈嚴重失血(4）汗腺被污垢封積。

（2） 50.為傷者包紮上肢骨折後，應怎樣檢查血液循環？(1）按壓頸動脈(2）按壓腕動脈(3）按壓肱動脈(4）按壓肘動脈。

（4）51.以下哪一項不是急救的目的(1）保存傷病者生命(2）防止傷勢或病情惡化(3）促進傷病者復原 (4)以上皆是。

（3）52.最有效檢查人事不省的傷者是否有脈搏的方法是(1）檢查手指甲的顏色(2）檢查腕動脈的跳動(3）檢查頸動脈的跳動(4）檢查肱動脈的跳動。

（2）57.單人操作胸部按壓30次後，應實施幾次人工呼吸？(1）1次(2）2次(3）3次(4）4次。

（1）58.操作成人~~實施~~口對口人工呼吸每分鐘幾次？(1）12次(2）13次(3）14次(4）15次。

（4）59.口對口人工呼吸的禁忌為何？(1）口腔有嚴重傷口(2）傳染病(3）口唇殘留毒物(4）以上皆是。

（2）60.對孕婦實施的哈姆立克急救法，應採用(1）腹部推擊法(2）胸部推擠法(3）背部敲擊法(4）倒立法。

（2）62.人工呼吸之次數在成人每分鐘（1）7-10次（2）12-15次（3）18-20次（4）60-72次。

（3）63.胸部按壓前先吹二口氣的目的是（1）氣道測試（2）給氧至呼吸器官（3）以上皆是（4）以上皆非。

（4）64.呼吸道哽塞的癥象是（1）不能說話（2）呼吸困難（3）雙手緊抓喉嚨（4）以上皆是。

（1）66.成人生命鏈的第一個環結為（1）求救（2）電擊（3）高級心臟救命術（4）CPR。

（1）67. CPR評估患者有無呼吸，時間不超過幾秒為原則（1）3秒（2）10秒（3）20秒（4）無限制。

（4）68. CPR如何確定吹氣有吹入患者肺部（1）吹氣不費力氣（2）患者沒嘔吐（3）口鼻皆可吹氣（4）患者胸部有起伏。

（3）69.急救中患者嘔吐時，該如何處置？（1）拍打患者背部（2）清洗患者口腔（3）患者側臥將嘔吐物挖出（4）將患者下半身抬高。

（4）70.AED的使用時機為何?（1）患者沒反應時（2）患者沒有呼吸時（3）患者沒有心跳時（4）以上皆是。

（1）73. CPR吹氣無法有效吹入患者肺部~~的~~最常見的原因是（1）呼吸道未能暢通（2）呼吸道痙攣（3）異物堵塞（4）口鼻太小。

（4）74.下列何種情況下禁止使用AED？（1）身上潮濕（2）貼片位置有藥膏（3）車輛行進間（4）以上皆是。

（3）75.當AED的指令是“不需要電擊”此時你該如何處置?（1）擺復甦姿勢（2）立即重新分析心律（3）給予兩分鐘CPR再重新分析心律（4）關閉電源。

（4）76.使用AED過程中，何種時機不能接觸患者?（1）電擊時（2）充電時（3）分析心律時（4）以上皆是。

（2）77.AED的使用，下列何者為錯?（1）小孩可以用成人AED（2）電擊貼片可重複使用（3）胸前貼有藥膏要先移除（4）電擊貼片貼於胸前右上左下位置 。

（3）78.患者倒地，無意識無呼吸無心跳，此時馬上啟動119並於5分鐘內使用CPR加AED，救活成功率可達（1）8％（2）20％（3）50％（4）90％。

（4）81.AED指示請勿碰觸病患原因為何?（1）電擊時會被電到（2）影響分析結果（3）電擊效果不彰（4）以上皆是。

（1）82.遇上裝心律調節器患者需要電擊時，該如何處理?（1）貼片距離心律調節器至少2.5公分（2）等專業醫護人員到達再處理（3）心律調節器影響不大（4）以上都正確。

（3）84.操作AED，四個“通用步驟”順序為何?（1）開→插→貼→電（2）開→貼→插→電（3）插→貼→開→電（4）開→貼→電→插。

（2）85.關於“包紮”的基本原則敘述，何者為錯?（1）繃帶不可直接使用於傷口上（2）由近心端往遠心端包紮（3）恰好夠緊即可（4）應露出受傷之末梢肢體以利觀察評估。

（4）86.下列何者不是包紮的基本目的?（1）控制出血（2）防止感染（3）固定患肢（4）防止疤痕。

（4）87.“8”字型彈性繃帶包紮可用於何處?（1）肩膀受傷（2）腳踝受傷（3）臀部受傷（4）以上皆是。

（2）88.下列何處骨折最易產生休克現象?（1）大腿（2）骨盆（3）肋骨（4）上臂。

（1）89.腳踝扭傷，造成腫脹疼痛，下列處理傷處何者錯誤?(1）推拿（2）冰敷（3）抬高（4）包紮彈性繃帶。

（3）90.患者沒骨折或脊椎損傷，兩名施救者欲將毫無行動能力之病患搬離狹窄通道時，使用何種方法最適用?（1）雙人扶持法（2）兩手抬法（3）肢端搬運法（4）以上皆可。

（4）91.心臟停止的表~~徵~~癥為何?（1）沒有脈搏（2）沒有呼吸（3）沒有意識（4）以上皆是。

（2）92.當發現有人躺在地上有異狀時，~~你~~該採取的第一個步驟為何?（1）打119（2）確認患者有無意識（3）人工呼吸（4）檢查脈搏。

（4）94.對孕婦施做CPR時不可使用 (1)口對口(2)口對鼻(3)壓胸舉臂(4)壓背舉臂法。

（4）95.當泳客休克時應如何處理？ (1)平躺(2)檢查意識(3)呼叫救護車(4)以上皆是。

科目： 開放水域

子科目：救生概論

是非題：

1. ( O ) 駕駛IRB，順時針方向轉彎時，救者可將身體重心略傾向外幫助轉彎。

2. ( O ) 駕駛IRB救援時，駕駛宜位於船的左後側方，並用右手操控油門。

3. ( O ) IRB沙灘離岸時，救者一般應在船的右前側控制船頭對著來浪，保持IRB

 之穩定。

6. ( O ) 河面不尋常的出現由上游漂來草枝、木竹、雜物等，是俗稱的「水頭」

 也就是河水暴漲的徵兆。

7. ( X ) 海浪救生時，不論風浪多大，救人第一必須立即下水搜救溺者。

8. ( O ) 救生板回岸時，應藉浪並重心須向後移動。

9. ( O ) 駕駛IRB救溺時，一般應由船的駕駛側或內側救起溺者。

10. ( O ) 駕駛IRB換檔時，應將油門置於最慢速，以避免機件的損害。

11. ( O ) 駕駛IRB出發時，駕駛在排檔取得動力前，IRB的主控權應由救者負責。

12. ( O ) 駕駛IRB時，於緊急狀況下，可使用抽離安全插鞘的熄火方式。

13. ( O ) IRB及引擎等相關器材於使用後，一定要作適宜的維護保養。

14. ( O ) 沙灘離岸時，駕駛動作口訣的「就、檢、啟」，簡意為「就位」、「檢查」、

 「啟動」。

15. ( O ) 駕駛IRB時，不可任意變換速度和隨意的轉彎。

16. ( O ) 不論沿岸流流向上方或是下方，最終總是匯集成一股往外海流出的離岸

 流，較強勁的離岸流可將人、物等帶到外海，無法克服者易生危險。

17. ( O ) 通常離岸流的寬度範圍不大，擅泳者可以45度角斜向游回岸上，一般

 可採與岸邊平行游出約30-40公尺後，再轉向游回岸上。

18. ( O ) 救生板操作可分為跪姿划行及臥姿划行二種；一般來講，跪姿划行速度

 較快，救者的視野又好，易於接近溺者，臥姿划行穩定度較高，但視野

 較差，速度也較慢。

19. ( O ) 激流的沖擊力強而有力，當水流速度增加，力量也隨著增加，河水的沖

 擊力量與速度程等倍數增加。

21. ( O ) 激流中救援方式的選擇，應將安全、迅速、簡單列為三大優先考量的因

 素。

22. ( O ) 繩索救援除救生繩(袋)救援外，多較費時費事，但如情況需要，且受困

 溺者無立即性之危險，同時也擁有繩索救援之器材，可採繩索救援。

23. ( O ) IRB救生，於激浪區時，人員禁止立於船艇後方，以避免被舷外

 機或船艇碰撞。

24. ( O ) IRB救生，應頂風、頂流靠近溺者，利用艇上救生器材施救，不

 得已再由救生人員下水施救。

25. ( O ) 救生板救生，划動時要注意風向、水流隨時調整方向，不可失去目標，

 浪大時身體緊貼板面、手緊握救生板兩邊。

26. ( X ) 救生板可用臥姿、跪姿、坐姿來划動，至溺者處應於下流處接近溺者。

29. ( X ) 執行激流救援，救者應在下游擇定適當距離，再下水出發往上游接近溺

 者。

32. ( O ) 利用繩索執行激流救援，發現救者或溺者被強流壓入水中，岸上應鬆繩

 或趕繩才能抒解救者與溺者遭強流壓降的衝激。

34. ( O ) 利用繩索執行激流救援，岸上切忌急速收繩。因繩索受急流的沖刷形成

 壓降，將造成強大拉力將溺者拖下水底而浮不上來。

35. ( O ) 救援人員必備之條件，包括︰救援技術、救援知識、水域適應、判斷力

 等4種能力。

36. ( O ) 救援之步驟，包括︰注意、評估、行動、後繼照顧溺者、自我評價等5

 種內容。

37. ( X ) 使用充氣式救援艇救援，為確保救援人員生命安全，救生衣必須優先提

 供救援人員穿著，被救民眾次之。

38. ( X )使用充氣式救援艇救援，接近溺者最有的效方式，係6人以槳

 用力划行。

39. ( X ) 實施水域救援時，船艇救援較直接救援危險且速度慢。

40. ( O ) 救援之手則，包括︰快速、安全、效率、簡易、預防等五種內容。

41. ( O ) 操作IRB或水上摩托車時，應將安全插鞘緊繫於船艇上，以免翻

 船或人員跌落時引擎熄火。

42. ( O ) 使用魚雷浮標救援時，若發現溺者已失去意識，應立即將浮標繞於溺者

 身上，兩端環扣鉤緊，立即實施人工呼吸，吹兩口氣後，小心將溺者帶

 回。

43. ( O )「徒手」、「物援」、「拋擲」、「涉水」皆為基本救生之方法。

44. ( X ) 在開放水域實施徒手救生，為避免被激流沖走，可將救生衣上綁上繩索

 並打上不容易解開之繩結，確保救者及遇難者安全。

45. ( O ) 救者實行解脫法之前的準備動作為吸氣、收下顎、撥水下

 沉。

46. ( O ) 沙灘上或崎嶇的河床上，水深在腰部以下，可使用馬鞍式起岸法。

47. ( O ) 動水的救生係指海洋、河川、湖泊、溪流等水域。

57. ( O ) 開放性水域執行救生任務時以雙人組以上執行安全更有保障。

58. ( O ) 水上安全與救生技術之救生游泳，包括抬頭捷泳、抬頭蛙泳、側泳、基

 本仰泳、潛泳等五種。

59. ( O ) 救生技術之接近法，包括有正面接近、背面接近、水中接近、水底接近

 等方式。

60. ( O ) 動水救生多採器材施救，同時動水救生應具備更堅強的體力、毅力。

62. ( O ) 救生橇與救生板是動水救生中救援非常方便有效的器材。

63. ( O ) 在廣大的水域中，使用舟艇施救效果較高。

65. ( O ) 機動快艇有舷內機也有舷外機。

66. ( O ) 人力划槳的方式在機械故障時仍能發揮功能。

69. ( O ) 風區分為風速、風向、風力。

70. ( O ) 潛水時一定要雙人組同伴潛水，以防意外。

71. ( O ) 救生衣都採用色彩鮮明的橘紅色。

72. ( O ) 繩結索具在開放水域救生是不可或缺的器材之一。

73. ( O ) 在水中求生首先要脫除妨礙漂浮的衣物，只留輕便的能夠助浮的衣物。

75. ( O ) 穿著衣服失足落水，首要的是利用衣服自救，再就是除去不必要的衣物。

77. ( O ) 船艇在廣大的水域中其施救者的快速安全，較徒手救生為佳。

78. ( O ) 徒手潛水有直體、弓身、弓身加速三種方式。

79. ( O ) 為防止溺者對產生纏抱的防備方法，稱為防衛法。

80. ( O ) 踩水有剪刀式、攪蛋式、小蛙式等~~三種~~方法。

81. ( X ) 使用人鏈救溺時，不會游泳者站立岸邊，略懂水性者站立於水中，水深可

 覆蓋過頭頂。

82. ( X ) 在從事救援行動時，溺者永遠列為第一優先考慮的事項。

83. ( X ) 依據安全風險因素來考量，救援行動的優先順序，以拋~~過去~~救為基本考

 量。

84. ( O )下水救溺包括從岸邊或船上，這是會直接造成救援者傷害的一種方法，

 在救援行動中是不被鼓勵採用~~的~~。

85. ( X ) 利用繩索救援時，一定要把繩索固定在自己的身上。

86. ( O ) 充氣救生艇在使用前，先在每個氣室包括龍骨充入7分飽的空氣、再補

 足適當的氣壓。

87. ( O ) 充氣救生艇人員入船法有：跨入、跳入、坐入及滾入等四種方法。

88. ( X ) 充氣救生艇入水前先將船外機傾斜器卡榫關緊，以免至淺處損壞，並將

 熄火安全繩繫在駕駛員手上，並派員注意岸上信號。

89. ( O ) 充氣救生艇冷車時發動，拉起阻風門、把手加油約十分之一至五分之一。

90. ( O ) 充氣救生艇回岸至岸邊(淺水區)駕駛員判斷引擎護罩快觸底時，即令所有

 協助人員(救援者除外)立即下船，並抓住船舷固定船位以利搬運溺者。

91. ( O ) 急流救生中聽到連續三聲哨音表示我們的救難成功了。

92. ( O ) 充氣救生艇若無法靠近浪區、礁石區時，應設法拋擲繩索或救生繩袋救

 援。

94. ( O ) 橫跨步及海豚跳是海洋救生下水及避浪技術，能幫助救生員快速地游近溺者。

96. ( X ) 救生員如在沙灘為溺者安放復甦姿勢，溺者的身體應與海邊垂直面部背

 海，以有利分泌或嘔吐物從口中流出。

97. ( O ) 不慎翻船時需扶正船隻。將繩索綁住船舷，爬上龍骨站在繩索對面船身，

 拉住繩索借浪(與浪平行)翻正。

99. ( O )激流最佳之救援方式，是以施行救者不下水的岸上救援為最高安全指導

 原則。

100. ( O ) 溪流中基本操控動力充氣救生艇，應具備有：對溪流的知識救生艇的

 構造、自救的技巧與控船的基本能力。

101. ( X ) 可用仰泳、側泳等方式接近溺者，運用帶人法往上游方向，以35度擺

 渡角度游回岸邊。

103. ( X ) 駕駛員操作IRB，將船艇頂浪以船頭右舷接近溺者。

104. ( O ) 七人式橡皮艇救生時，由1號槳手下水將溺者救起。

105. ( O ) 救生員單腳膝蓋或雙腳膝蓋頂住船舷，右手抓住溺者的右手(與正面接

 近相同)，拉轉，鎖肩(半蹲、背部打直)，維持原有姿勢，退左腳，後

 轉，背向船頭躺下，為救援者在救生艇中救人的動作。

107. ( X ) 止滑結用於防止繩身從圈中滑出或防止繩尾鬆開來，有交叉結、8字結、

 纏繞結、栓馬結等四種。

108. ( X ) 在激流中利用繩索橫渡或救援時，於激流兩岸的固定點，必須與水流

 成垂直的角度。

109. ( X ) 在激之自救與求生，體溫變化對身體之影響不是很重要之課題。

111. ( O ) 在橫渡激流或特定目標區，如河中岩石、障礙物、倒樹等，可以用抬頭捷

 泳方式，在上游區以45度的擺渡角，切向目標區。

112. ( O ) 在激流水域中，迴流區存在於突出水面的岩石後，在激流救生行動中

 為可攻可守之據點。

113. ( O ) 頸椎受傷應以雙手穿過腋下，手掌固定頭部托帶。(未修改正確)

114. ( O ) 海浪救援中最有效、快速的救生器材依次為水上摩托車、IRB、救生板、

 救生浮標，徒手游泳。

115. ( X ) 基本救生的三大順序：一、游過去救(已經受過救生訓練且不需岸邊支援)

 二、划過去救(如利用木板、浮板等…)。三、將現場附近可用的漂浮器材拋

 給溺者。(未修改正確)

116. ( O ) 在靜水或激流中，投擲救生繩袋時，落點最好要超過溺者到其身體的後

 方，且伸手可及或近處，救者可在岸上收拉繩索或移動位置，以讓繩

 索靠近溺者，能捉住繩索或繩袋。

117. ( O ) 船艇離岸操作方式~~救援~~，視駕駛員在左舷後方，其他人員平均分散兩側(嚴禁在引擎後方)合力將船推往水中。

119. ( X ) 小船翻覆時為避免危險，應即游離小船。

120. ( X ) 小船施救時發現溺者當划船前往應利用船首接近，利用船首上船。

122. ( X ) 用棍、棒竹、竹竿伸給溺者施救時，直接由前面遞給溺者即可。

123. ( O ) 漂浮技巧是一種水中自救法，用最少的體力維持最長的水上生機。

125. ( O ) 救生三要素為：迅速、正確、純熟。

126. ( O ) 在水域發生意外時，可藉任何漂浮物在水中求生，但要防止身體失溫。

128. ( O ) 在水中救生發現溺者昏迷，應迅速用救生工具將溺者拖回岸邊急救。

129. ( O ) 抬頭捷泳是速度最快的一種救生游泳姿勢。

131. ( O ) 救者在踩不到水底的深水中，應用深水起岸法施救溺者上岸。

134. ( O ) 救生浮標是救生員個人裝備中攜帶最方便的救生工具，在動水救援中效果最實用。

135. ( O ) 救生員執勤時不可與其他泳客聊天，應隨時注意~~泳池內~~泳客的安全。

136. ( O ) 救生員執勤時若因身體不適，應找適當人員(合格救生員)代班才可離開工作崗位。

137. ( O ) 救生員執勤時應隨時留意泳客狀況不得擅離，若有急事暫離亦應另覓

 適當人員代為照管方可離去。

138. ( O ) 因救生員過失致傷，可請求非財產上損害賠償。(法律上問題)

139. ( O ) 救援的主要目標有二，其一在減少災害的損失，其二在避免災情的擴

 大，維護救者的安全，為達成救援目標的首要工作。

140. ( O ) 刑事法上的過失(刑法第14條)(一)按其情節應注意，並能注意，而不

 注意者，為過失。(二)行為人對於構成犯罪之事實，雖預見其能發生

 而確信其不發生者，以過失論。

141. ( O ) 過失傷害罪(刑法第284條)(一)過失傷害罪：6月以下有期徒刑拘役或

 五百元以下罰金。(二)業務上過失傷害罪：1年以下有期徒刑拘役或一

 千元以下罰金。

144. ( O ) 救生員因過失疏忽致泳客發生溺斃事故除刑事責任之外亦應負民事賠

 償責任。

145. ( O ) 不會游泳的人亦可運用基本救生要領從事救溺。

146. ( O ) 上抱與下抱帶人法僅適合短距離施救。

147. ( O ) 救生員是從事救生業務之人，因此救生員執勤時因過失致泳客發生溺

 斃事故，觸犯刑法業務上過失致人於死罪。

148. ( O ) 造成抽筋的原因，主要是熱身不夠，水溫過低，過飽或飢餓及疲勞。

149.（Ｏ）42.實施水下搜索應成立搜索隊，並需召集人執行規劃討論，務必使每位搜救人員都瞭解救援作業之標準作業程序(S.O.P.)。移到開放水域

150.（Ｘ）84.將漂浮物朝水流下游拋向溺者，使溺者抓住後浮在水面達到自救。移至開放水域

選擇題：

1. ( 3 ) 橡皮艇翻覆時應如何處置才是正確( 1 )迅速棄船逃離( 2 )為了保命立

 即呼救( 3 )保持冷靜，船底仍有空氣，從容潛出，扶住船舷( 4 )聽天

 由命，任其漂流。

1. ( 4 ) 使用救生繩袋救援時，拋擲位置何者為佳( 1 )溺者前方( 2 )瞄準溺者( 3 )

 搶時間隨意拋( 4 )超過溺者頭部並於溺者伸手可及之處。

1. ( 1 ) 操作機動快艇時，應將安全插鞘線置於何處，以免萬一人員跌落或翻船

 時，產生危險( 1 ) 繫於手上( 2)留在原處( 3 )綁在船艇上( 4 )用鐵

 線固定以防掉落。

1. ( 1 ) 在處理水中頸椎傷害處理何者為非( 1 )直接將遇難者翻身( 2 )避免在

 水中劇烈晃動( 3 )使用整組浮水擔架( 4 )使用水中頸椎固定術。

1. ( 4 ) 駕舟艇施救不慎翻覆，應( 1 )速游離現場( 2 )踩水等待救援( 3 )打信

 號彈求援( 4 )利用船體漂浮等待救援。

1. ( 2 ) 動水(海域、溪流)救生時，以何種工具最機動？( 1 )蛙鞋( 2 )機動船

 艇( 3 )救生板( 4 )絞繩機。

1. ( 1 ) 開放性水域的激流救援，那種游式的速度最快。( 1 )捷泳( 2 )蛙泳( 3 )

 側泳

1. ( 1 ) 執行激流救援穿著( 1 )防寒衣( 2 )雨衣( 3 )消防衣不僅禦寒，並且可

 以增加浮力與防止流木或石頭碰撞。

1. ( 3 ) 執行激流救援，救者應在( 1 )下游( 2 )對岸( 3 )上游擇定適當距離，

 再下水出發接近溺者。

1. ( 3 ) 趕到激流救援現場最重要的是先( 1 )清點裝備器材( 2 )清查災民身份

 ( 3 )瞭解地形與地物之狀況，才能當機決擇出有利的「集結處」。

1. ( 3 ) 執行急激救援的個人裝備包含( 1 )合身的防寒衣與頭盔和涉溪鞋及防

 滑手套( 2 )救生衣與輔助繩和水刀及哨子( 3 )以上均是。

1. ( 1 ) 連絡信號中，岸上指揮者要求IRB操控者朝外海開，其信號手勢為何( 1 )

 舉起雙手( 2 )舉起單手( 3)單手左右搖晃。

1. ( 1 ) 雙人糾纏淹溺時，救生人員處置方式，下列何者為錯( 1 )同時救援二

 人( 2 )先救一人，再救另一人(3 )先將溺者二人分開( 4 )比較容易救

 的先救。

1. ( 3 ) 風浪及流速較大溺者容易流失，或溺者恐懼且掙扎厲害時，較適合使用

 何種帶人法？( 1 )托顎帶人( 2)拉髮帶人( 3 )摟胸帶人( 4 )抓腕帶人。

1. ( 3 ) 救者攜帶溺者回到沙岸淺灘，如溺者無法行走，應以何法起案最佳？( 1 )

 馬蹬式( 2 )攙扶式( 3 )揹負法。

1. ( 1 ) 接近溺者時，如果溺者於水面掙扎很厲害，應以何種方式接近溺者？( 1 )

 背後接近( 2 )正面接近( 3)水底接近。

1. ( 1 ) 救生板救生於沙灘跑步入水，為避免入水時放錯，板舵要朝向哪側？( 1 )

 向內( 2 )向外( 3 )向上。

1. ( 3 ) 河流救生時，救生板划動可用趴姿、跪姿、坐姿來划板，至溺者處應於

 哪方向接近溺者？( 1 )下流處(2 )側方向( 3 )上流處。

1. ( 3 ) 動力救生艇救生靠近溺者時，除了引擎要排空檔或熄火，應如何靠近溺

 者？( 1 )頂風( 2 )頂流( 3)以上皆是。

1. ( 2 ) 動力救生艇救生，行駛過激浪區時為免翻覆，船頭最好與浪成何角度？

 ( 1 )水平( 2 )垂直( 3 )以上皆可。

1. ( 1 ) 使用側泳前往救援溺者時，應以( 1 )背部( 2 )胸部( 3 )頭部朝向上

 游，臉部朝向下游。如此，才可以避免急流沖激臉鼻而嗆水。

1. ( 3 ) 執行激流救援，救者應在( 1 )下游( 2 )對岸( 3 )上游擇定適當距離，

 再下水出發接近溺者。

1. ( 2 ) 利用救生繩索執行激流救援，救生繩索必須保持在( 1 )水面下( 2 )水

 面上( 3 )懸空才能減輕拉力。

1. ( 2 ) 何者為開放水域不建議採用之搜索方式？( 1 )圓周式( 2 )直線式( 3 )

 標竿式( 4 )地毯式。

1. ( 4 ) 遇難者清醒較佳起岸法為？( 1 )拖拉式( 2 )馬鞍式( 3 )直拉式( 4 )

 攙扶式。

1. ( 4 ) 穿蛙鞋入水下潛之方式為( 1 )蹬腿式入水( 2 )鐮刀式入水( 3 )直立

 式入水( 4 )剪刀式入水。

1. ( 2 ) 在激流中待救時，最危險之行動( 1 )頭在上踩水求救( 2 )作水母漂( 3 )

 頭朝上游仰漂( 4 )採用頭在上胸泳。

1. ( 4 ) 下列海浪救援方式，對救援者而言何者最危險( 1 )直升機救援( 2 )救

 援板救援( 3 )浮標救援( 4 )正面接近、徒手抱胸帶人。

1. ( 2 ) 在海浪中徒手待救時，最不安全之保命方式為( 1 )口鼻露在水上，踩

 水求救( 2 )作水母漂( 3 )頭平躺仰漂( 4 )採用頭在上胸泳。

1. ( 4 ) 救者實施拯溺托帶溺者前，下列何者並不須列入評估( 1 )救援時之環

 境狀況( 2 )救者體力( 3 )溺者當時狀況( 4 )溺者身分。

1. ( 2 ) 防衛法中之正當防衛何者為非？( 1 )避免溺者纏抱使用潛避法( 2 )溺

 者纏抱解脫後加以攻擊( 3 )避免溺者纏抱應使用游泳逆退法( 4 )緊急

 停游，保持安全距離。

1. ( 3 ) 處於高的橋上、船上或碼頭上，須入水救援，其入水處水深超過三公尺

 時，入水法應採何種方式較佳(1 )跨步式( 2 )跑跳式( 3 )直跳式(打

 樁式)( 4 )靜跳式。

33. ( 2 ) 接近溺者時，為了避免被溺者因掙扎而纏抱，產生危險，而所採取事先

 的、預防性的自我保護防備措施，這種方法稱為( 1 )解脫法( 2 )防衛

 法( 3 )帶人法( 4 )起岸法。

1. ( 2 ) 任何時間接近溺者，如無特殊狀況，應採取何種方式接近溺者，才較能

 避免被溺者抓抱或糾纏( 1 )正面接近( 2 )背面接近( 3 )水中接近( 4 )

 水底接近。

1. ( 4 ) 就水上救生而言，當救者被溺者抓住或纏抱時，想要脫身的方法就叫解

 脫法，其最重要的三要訣，下列何者為錯( 1 )吸氣( 2 )縮下顎( 3 )

 撥水下沉( 4 )側身接近。

36. ( 4 ) 動水救生係指( 1 )河川( 2 )海洋( 3 )湖泊、溪流( 4 )以上皆是等水

 堿。

37. ( 1 ) 在廣大的水堿中使用( 1 )舟艇( 2 )徒手( 3 )救生圈施救效果較高。

38. ( 1 ) 氣溫高低，人體( 1 )有很大的( 2 )有很小的( 3 )沒有知覺的感受。

39. ( 3 ) 人體隨時都在散發熱量，尤其在水中散發之速率遠較在空氣中快速其約

 為( 1 )13倍( 2 )8倍( 3 )26倍。

40. ( 3 ) 救生員通訊方法有哪些( 1 )手勢、口哨( 2 )浮漂、船槳( 3 )旗幟、

 燈號、無線電( 4 )以上皆是。

41. ( 1 ) 當發現溺者時為了救援時效( 1 )發信號請求支援( 2 )儘快拖回岸邊不

 須通知其他搜救者( 3 )溺者已死亡應動作放慢安全第一( 4 )儘快通知

 葬儀社協助處理。

42. ( 3 ) 救溺時，那一種入水法，類似競技游泳的出發( 1 )跨跳( 2 )靜跳( 3 )

 平跳。

43. ( 2 ) 基本救生的三大順序：第一優先是( 1 )游過去救(當然要經過救生訓練

 才可以，而且務必岸邊支援( 2)將現場附近可用的漂浮器材拋給溺者

 ( 3 )划過去救(如木板、浮板等…)( 4 )以上皆可。

44. ( 1 ) 在靜水或激流中，投擲救生繩袋時落點最好要超過溺者到其身體的( 1 )

 後方( 2 )前方( 3 )左方( 4)右方，且伸手可及或近處，救者可在岸上

 收拉繩索或移動位置，以讓繩索靠近溺者，能捉住繩索或繩

45. ( 4 ) 船艇操作基本操作離岸救援駕駛員在左舷後方，其他人員平均( 1 )坐

 船首( 2 )右側( 3 )左側( 4 )分散兩側，(嚴禁在引擎後方)合力將船

 往水中或深處。

46. ( 3 ) 要使救生板平穩板身應與海浪呈( 1 )平行( 2 )45度( 3 )垂直( 4 )

 以上皆可。

47. ( 1 ) 使用船艇救生應以何處接近溺者( 1 )船尾( 2 )船頭左舷( 3 )隨意( 4 )

 以上皆可。

48. ( 4 ) 救生板的拿法為( 1 )拖拉法( 2 )隨意( 3 )平舉法( 4 )拖拉法及平舉

 法。

49. ( 4 ) 拖帶溺者除應考量自身體力與距離外還須注意( 1 )泳技( 2 )浮具( 3 )

 泳具( 4 )以上皆是。

50. ( 1 ) 水中( 1 )自救( 2 )求生( 3 )自解( 4 )救生之基本原則為保持體力，

 以最少體力在水中維持最 長時間

51. ( 2 ) 水中( 1 )自救( 2 )求生( 3 )自解( 4 )救生之基本原則為利用身上或

 身旁任何增加浮力物等待救援。

52. ( 4 ) 充氣式救生艇(IRB)之正確氣壓應為持多少

 PSI( 1 )1.0-2.0( 2 )1.5-2.5( 3 )2.0-3.0( 4 )2.5-3.5。

53. ( 4 ) 要使救生板平穩，板身應與海浪成( 1 )垂直( 2 )平行( 3 )45度角( 4 )15

 度角。

54. ( 2 ) 深潛時，最常使用的器材排水為( 1 )蛙鞋排水( 2 )面鏡排水( 3 )呼

 吸管排水( 4 )徒手排水。

55. ( 2 ) 海浪救生時，救者穿蛙鞋入水應( 1 )面向海( 2 )背向海( 3 )都可以( 4 )

 都錯誤。

56. ( 2 ) 沙灘入水，水深超過多高時，改採海豚式跳躍入水前進水?( 1 )膝蓋( 2 )

 大腿( 3 )腰部( 4 )肩膀。

57. ( 4 ) 有關救生板救溺之敘述，下列何者有誤?( 1 )對意識清醒之溺者，救者

 略坐板尾部協助溺者上板( 2)對疲憊之溺者救援，救者下水協助上板

 ( 3 )溺者上板後，救者自板尾端上板帶回溺者( 4 )改變救生板的方向，

 使用雙手較雙腳來得快速。

58. ( 1 ) 大浪後IRB將翻船，駕駛處置何者有誤( 1 )絕對不能熄火( 2 )儘可能

 將阻風門關閉( 3 )令救生員連同自己跳出船外充當浮材穩住船身( 4 )

 若船頭面向岸，人員則靠向船尾拉在船尾繩上。

59. ( 2 ) 初學IRB，下列方法何者有違?( 1 )先在靜水練習( 2 )學習轉向從右轉

 學起( 3 )船隻入水、回岸及左右轉都是基本操作，需熟練並有自信操

 控( 4 )應付小浪，船身與浪成某個角度即可壓過，大浪則需正面對之。

60. ( 4 ) 船隻回岸，下列敘述何者有誤?( 1 )選定一個浪，跟在其後而行( 2 )

 留意衝浪及救生板使用者( 3 )不要讓下一波大浪撞上船之後部( 4 )接

 近海岸時，打空檔，並令救生員下船控制船身平行海岸。

61. ( 3 ) IRB於深水區，救生員較常採用何種入船方式?( 1 )跳入( 2 )坐入( 3 )

 滾入( 4 )踏入。

62. ( 1 ) 駕駛員如何知道螺旋槳可能纏有異物?( 1 )引擎音調不同( 2 )油路不

 順( 3 )排水太慢( 4 )常常空轉

63. ( 1 ) 岸上單旗垂直高舉過頭，其代表信號為?( 1 )回岸( 2 )繼續出海( 3 )

 注意( 4 )消息收知。

64. ( 3 ) 行船禮節及規矩何項有誤?( 1 )兩船面對面接近，駕駛需將船靠右舷使

 兩船以左舷互相通過( 2 )兩船相會，同時鳴短暫笛聲( 3 )交叉相遇，

 右側有船隻者優先通過( 4 )前船有航行優先權。

65. ( 4 ) 池塘救生繩帶救溺，拋擲落點最好在溺者何處?( 1 )溺者前方1.5公尺

 ( 2 )左邊1.5公尺( 3 )右邊1.5公尺( 4 )超過溺者後邊。

66. ( 3 ) 急流救生繩帶救溺，拋擲落點最好在溺者何處?( 1 )溺者前方1.5公尺

 ( 2 )超過溺者上游近處( 3 )超過溺者下游近處( 4 )上風處。

67. ( 3 ) 使用拋繩槍拋繩體帶到急流對岸的繩索一般稱之為?( 1 )主繩( 2 )副

 繩( 3 )前導繩( 4 )牽引繩。

68. ( 3 ) 溺者抓到救生繩帶後該如何被救者拉回( 1 )將繩索繫緊在自己身上( 2 )

 抱於胸前俯臥並助划( 3 )保持臉部朝上露出水面，雙手將繩袋置於胸前

 ( 4 )繩袋置於腹部，以大字漂姿勢被拉回。

69. ( 2 ) 操控救生板遇上非常大之海浪而且有被捲進去的危險，需使用何種過浪

 方式( 1 )跳越( 2 )滾越( 3)潛越( 4 )翻越。

70. ( 3 ) 操控救生板遇上小的海浪而且不想失去速度，需使用何種過浪方式( 1 )

 跳越( 2 )滾越( 3 )潛越( 4)翻越。

71. ( 4 ) IRB駕駛員面對大浪，下列何者操控錯誤?( 1 )浪破開花後才越過( 2 )

 大浪蓋下來之前迅速開離( 3)船抵達浪底之前減速( 4 )排空檔。

72. ( 2 ) 水域混濁不清，有一溺者頭部露出水面掙扎厲害時，該使用何種接近

 法?( 1 )正面接近( 2 )背面接近(3 )正面潛水接近( 4 )背面潛水接近。

73. ( 4 ) 急流救生中一隻手舉起表示( 1 )停止！注意我( 2 )往上游移動( 3 )

 往下游移動( 4 )求救，我需要協助。

74. ( 1 ) 急流救生中手和手臂在身體前交叉表示( 1 )需要醫療幫助( 2 )往上游

 移動( 3 )往下游移動( 4 )求救，我需要協助。

75. ( 1 ) 在湍急溪流不明水域，非緊急情況下採用( 1 )朝跳式入水法( 2 )跳躍

 式入水法( 3 )控向式游法( 4)以上均可。

76. ( 3 ) 在深水區為爭取時效前進救人，或要進入特定目標區，或避開急流採用

 ( 1 )攻擊式游泳( 2 )防護式游泳( 3 )控向式游泳( 4 )以上均可。

77. ( 1 ) 使用救生板救人將被救者安置於( 1 )救生板前半部( 2 )救生板後半部

 ( 3 )救生板前中間( 4 )救生板尾部。

78. ( 3 ) 一個最古、最通行和最實用的結，在正確的運用下用來連接兩條大小粗

 細相同的繩索的結是( 1 )栓馬結( 2 )撐人結( 3 )平結( 4 )漁人結。

79. ( 3 ) 在水淺、礁岩多的急流中放流游泳，多採用( 1 )攻擊式游泳( 2 )防護

 式游泳( 3 )控向式游泳( 4 )以上均可，作放流前進。

80. ( 2 ) 使用IRB前，下列何者非救生員之檢查項目?( 1 )底板安裝( 2 )龍骨

 氣室氣壓( 3 )船身及活瓣( 4 )斷流紐、熄火插鞘。

81. ( 2 ) 操控救生板遇上非常大之海浪而且有被捲進去的危險，需使用何種過浪

 方式( 1 )跳越( 2 )滾越( 3)潛越( 4 )翻越。

82. ( 4 ) 激流救生人員如何運用迴流區?( 1 )當停滯觀察地點( 2 )當避難區( 3 )

 當中途站( 4 )以上皆可。

83. ( 4 ) 有關救生板救溺之敘述，下列何者有誤?( 1 )對意識清醒之溺者，救者

 略坐板尾部協助溺者上板( 2)對疲憊之溺者救援，救者下水協助上板

 ( 3 )溺者上板後，救者自板尾端上板帶回溺者( 4 )改變救生板的方向，

 使用雙手較雙腳來得快速。

84. ( 1 ) 在湍急溪流不明水域，非緊急情況下採用( 1 )朝跳式入水法( 2 )跳躍

 式入水法( 3 )控向式游法( 4)以上均可。

85. ( 3 ) 在深水區為爭取時效前進救人，或要進入特定目標區，或避開急流採用

 ( 1 )攻擊式游泳( 2 )防護式游泳( 3 )控向式游泳( 4 )以上均可。

86. ( 1 ) 浮潛作水面潛水動作，吸氣不可過飽，大約吸氣幾％?( 1 )80％( 2 )60

 ％( 3 )40％( 4 )20％。

87. ( 2 ) 有關溪流中自救的敘述，下列何者有誤?( 1 )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( 2 )若不幸被溪水沖走時，身

 體仰姿保持腳在後頭在前，看清方向以免頭被撞傷( 3 )看到前方水面

 有高浪即表示水底有巨石( 4 )如遇轉彎處，應游向內彎緩流處，順勢

 上岸。

88. ( 4 ) 河川地形中，最可能發生溺水事件者，為( 1 )急流淺灘( 2 )緩流區( 3 )

 深水潭( 4 )以上皆可能。

89. ( 4 ) 於混濁水域應選擇何種方式入水？( 1 )淺跳式( 2 )打樁式( 3 )跨步

 式( 4 )以上皆非。

90. ( 3 ) 在較大水域中，實施救溺以( 1 )救生圈( 2 )繩索( 3 )船艇( 4 )拋繩

 帶最為理想。

91. ( 4 ) 救生員通訊方法有哪些？( 1 )手勢、口哨( 2 )浮漂、船槳( 3 )旗幟、

 燈號、無線電( 4 )以上皆是。

92. ( 6 ) 看到有人溺水了，在水裡大聲呼叫，基本救生的順序為何？( 1 )徒手( 2 )

 拋擲( 3 )涉水( 4 )物援。( 5 )abcd( 6 )abdc( 7 )acbd( 8 )adbc。

93. ( 1 ) 不慎跌入深水中脫除身上衣褲順序( 1 )大衣→鞋→褲→襯衫( 2 )鞋→

 大衣→褲→襯衫( 3 )褲→襯衫→鞋→大衣。

94. ( 2 ) 在開闊海沙灘水域，入水應採用( 1 )靜跳式( 2 )跑跳式( 3 )跨跳式。

95. ( 4 ) 小船駕駛需要駕照，亦就是要懂得駕駛技術才能安全。划槳時應否( 1 )

 用腰力划槳( 2 )兩手用力要平均( 3 )單槳操作時船槳亦兼舵使用( 4 )

 以上皆是。

96. ( 4 ) 乘坐小船時應遵守哪些規定( 1 )需結伴、懂駕駛( 2 )遵守船家規定( 3 )

 穿著標準救生衣( 4 )以上皆是。

97. ( 3 ) 水面搜索法適用於何處？( 1 )任何淺水區( 2 )任何深水區( 3 )只要

 清澈見底的水域( 4 )以上皆非。

98. ( 3 ) 何種起岸法，適用於沙灘或淺水中，對於不省人事的溺者很有效果？( 1 )

 拖拉式( 2 )馬蹬式( 3 )馬鞍式( 4 )直拉式。

99. ( 4 ) 溺水者的急救最重要者為何？( 1 )監測心率( 2 )擠壓出胃內之水分( 3 )

 補充靜脈輸液( 4 )維持呼吸道暢通。

100. ( 2 ) 溺水者施救急救時，下列何者應盡量避免？(1)給氧(2)腹部擠壓

 (3)CPR(4)送醫。

101. ( 2 ) 看見水底溺者尚有氣泡，以何方式接近( 1 )弓身下潛( 2 )弓身加速

 下潛( 3 )直體下潛。

102. ( 2 ) 在動水遇到小漩渦應採何種方式免被吸入水中( 1 )採水( 2 )仰漂( 3 )

 捷泳。

103. ( 3 ) 在碼頭或大船上，適用何種入水法？( 1 )跨步式( 2 )淺跳式( 3 )打

 樁式( 4 )跑跳式。

104. ( 3 ) 呼吸管適合長度為？( 1 )20~30cm( 2 )30~40cm( 3 )35~50cm( 4 )越

 長越好。

105. ( 3 ) 選擇面鏡首重？( 1 )安全( 2 )廉價( 3 )適合臉型( 4 )美觀。

106. ( 4 ) 造成抽筋的因素( 1 )氣候狀態( 2 )生理精神突發變動( 3 )受到重擊

 ( 4 )以上皆是。

107. ( 3 ) 過度疲勞、腳部抽筋離岸邊尚遠，以何方式帶人較佳( 1 )抱胸( 2 )

 抓腕( 3 )蛙式。

108. ( 3 ) 深水區抱胸帶人距離在( 1 )15公尺( 2 )8公尺( 3 )12公尺左右。

109. ( 3 ) 跑跳式入水宜用在( 1 )不明水域( 2 )碼頭上( 3 )淺灘( 4 )斷崖。

110. ( 4 ) 溺者被拖拉到水齊腰際時，宜採用何種上岸法( 1 )拖拉式( 2 )攙扶

 式( 3 )馬蹬式( 4 )馬鞍式 ( 5)直拉式。

111. ( 3 ) 雙人拖拉式起岸法應注意的是？( 1 )護住溺者頭部( 2 )護住溺者腳

 跟( 3 )抓住溺者雙手( 4 )以上皆非。

112. ( 2 ) 拋圈拋給溺者後為什麼要先試拉一下再拉回？如果必須重拋時應該怎

 樣？( 1 )以防繩脫落、眼看著繩索整理以免打結( 2 )確定溺者是否

 抓住拋圈、目光不可離開溺者( 3 )以防繩脫落、目光可以離開溺者( 4 )

 確定溺者是否抓住拋圈、不需浪費時間重整繩索。

113. ( 4 ) 河川地形中，最可能發生溺水事件者，為( 1 )急流淺灘( 2 )緩流區( 3 )

 深水潭( 4 )以上皆可能。

114. ( 4 ) 於混濁水域應選擇何種方式入水？( 1 )淺跳式( 2 )打樁式( 3 )跨步

 式( 4 )以上皆非。

115. ( 3 ) 在較大水域中，實施救溺以( 1 )救生圈( 2 )繩索( 3 )船艇( 4 )拋

 繩帶最為理想。

116. ( 4 ) 請問當體溫降到幾度時，意志喪失，心跳停止，逐漸死亡？

 ( 1 )320C( 2 )200C( 3 )250C ( 4)29.40C。

117. ( 4 ) 在小船上變換位置時( 1 )應注意船身平衡( 2 )採對稱低姿蹲行換座( 3 )

 注意水流及河道環境( 4 )應有以上條件配合。

118. ( 2 ) 小船翻覆時( 1 )應棄船游回岸邊( 2 )扶靠船邊等待救援( 3 )以上皆

 非。

119. ( 4 ) 海邊釣魚時應( 1 )穿著救生衣( 2 )選擇良好場地( 3 )注意天氣、風

 向潮汐( 4 )以上條件皆備。

120. ( 3 ) 在有警告標語、水質不潔、大浪、急流、漩渦地帶( 1 )只要技術高就

 可以下水( 2 )有人游泳就可以下水( 3 )決不可下水游泳( 4 )以上皆

 非。

121. ( 3 ) 發現溺者呼救時應( 1 )趕快離開現場( 2 )去湊熱鬧( 3 )速尋找漂浮

 物丟給溺者並呼救。

122. ( 1 ) 游泳時如遇腳抽筋應( 1 )馬上上岸休息( 2 )抽筋過後繼續游泳( 3 )

 腳抽筋小事，置之不理。

123. ( 2 ) 救生員在動態水域最方便也是最實用的個人裝備是( 1 )水上摩托車( 2 )

 魚雷浮漂( 3 )救生浪板。

124. ( 4 ) 船艇救生，應以( 1 )船頭( 2 )船尾( 3 )船舵( 4 )船弦，接近溺者。

125. ( 3 ) 由斷崖或高架上入水應採用( 1 )靜跳式( 2 )跑跳式( 3 )高跳式( 4 )

 跨跳式( 5 )淺跳式。

126. ( 4 ) 溺者在何種狀態下，救生員可停止急救( 1 )救護車到達( 2 )溺者甦

 醒( 3 )送到醫院( 4 )以上皆是。

127. ( 3 ) 面鏡及呼吸管同時進水時，應( 1 )同時排水( 2 )面鏡先排水( 3 )呼

 吸管先排水。

128. ( 2 ) 魚雷浮漂可否當救生圈？( 1 )可以( 2 )不可以( 3 )視心情而定( 4 )

 以上皆非。

129. ( 4 ) 下列何者為水中搜救法？( 1 )地毯式( 2 )標竿式( 3 )織布式( 4 )

 以上皆是。

130. ( 1 ) 萬一掉落在廣大水域中，除了不要做無謂的游泳以保持體力外，還要( 1 )

 利用衣物保暖待援( 2 )脫掉衣物以利游泳( 3 )努力踩水代替游泳( 4 )

 不斷呼吸。

131. ( 2 ) 面鏡除霧方法，下列何種物質不適合？( 1 )海草( 2 )去漬油( 3 )口

 水( 4 )植物葉片。

（4）12.使用魚雷浮標拯溺時，何種狀態之溺者須~~立即~~將浮標置於頸背處，實施人工呼吸急救吹2口氣後，再小心托帶回岸（1）意識清醒溺者（2）意識虛弱溺者（3）掙扎厲害者（4）無意識者。移至開放式水域

類別：開放性水域安全常識

一、是非題：

（Ｏ）1.連絡信號中，岸上人員面對海上人員舉起單手，是要海上人

 員朝岸上開。

（Ｏ）2.駕駛IRB救援時，一般都由下風處或是頂浪救起溺者。

（Ｏ）3.動力小船避碰規則中，當一船遇右側前方有他船通過，有碰

 撞之虞時，應讓他船先行。

（Ｏ）4.駕駛IRB，順時針方向轉彎時，救者可將身體重心略傾向外

 幫助轉彎。

（Ｏ）5.激流救生時，救者應穿著防寒衣及救生衣。

（Ｏ）6.激流救生第一優先救生方式為岸上救生。

（Ｏ）7.激流救生時，採拋繩法，應將繩索緊握手中以免鬆脫。

（Ｏ）8.激流救生中游泳，抬頭捷泳是具有主動性的。

（Ｏ）9.陷於水草（海草）區時，要保持冷靜，不可揮霍體力，要順著水流方向，往水面顏色較淺的地方游動，即可脫離。

（Ｏ）10.海浪中使用救生板過浪時，應與浪成垂直狀態，俟浪花接近板頭時，操作者向後坐，重心向後移，將板頭舉起而過浪。

（Ｏ）11.連絡信號中，岸上人員面對海上人員舉起雙手，是要海上

 人員朝外海開。

（Ｏ）12.架設繩橋前，需先將繩索一端送至對岸，送繩過河時，除非不得已，否則過河的繩子應以不接觸到水為原則，儘量由水面上傳遞到對岸。

（Ｏ）13.繩索可分為動態繩（高張力）、靜態繩（低張力）以及浮水性繩索三種，激流救生所使用之繩索以靜態繩為宜，因其伸縮彈性小，不會因承受大拉力而過度伸展。

（Ｏ）14.執行激流救援穿著防寒衣不僅禦寒，並且可以增加浮力與

 防止流木或石頭碰撞。

（Ｏ）15.利用繩索執行激流救援，岸上切忌急速收繩。因繩索受急流的衝刷形成壓降，將造成強大拉力將溺者拖下水底而浮不上來。

 (Ｏ）16.攜帶救生浮標救援，接近至溺者前，要先緊急停游並建立自己浮力，再給予救援。

 (Ｏ）17.用發泡材料製成的救生浮標，在動水水域救生具有實用效果。

 (Ｏ）18.對昏迷溺者救援可用正面接近背墊法，將溺者拉成仰面後，救生浮標下壓推到溺

 者背部撐起溺者。

 (Ｘ）19.使用救生板救生於沙灘入水，板可用手臂夾抱、雙手舉起均可，唯板舵要向內，

 避免入水時放錯。

（Ｏ）20.對溺水病患救援之前，應先確定救援者的安全，不要讓自己也成為一個受難者。

 (Ｏ）21.水中緊急救護，接近溺者先確定自身安全，並注意溺者是否有脊椎傷害，水中一

 般不做CPR但可給予呼吸。

（Ｘ）22.水中環境當深度增加，身體承受壓力逐漸增加，海水每加深10公尺，壓力會增加

 3大氣壓，同時水溫降低。

（Ｏ）23.在湍急的激流區域，穿長筒雨鞋涉水勢必因鞋內灌水而失去行動能力，極有可能

 因此喪命。

（Ｏ）24.河流上游的山頂呈現烏雲密佈，這是上游山區將有豪雨而導致河水暴漲的先兆。

 (Ｏ）25.河面不尋常的出現由上游漂來草枝、木竹、雜物等，是俗稱的「水頭」也就是河

 水暴漲之前兆。

 (Ｏ）26.選定露出水面之物亦或在岸邊水中堆疊石頭或木塊為警示目標，當溪水漫過目標物警示線，則是溪水已開始高漲的預兆了。

（Ｏ）27.激流救援不可穿著蛙鞋或過度緊身之救生衣，更是不得穿著牛仔褲或雨衣與雨褲

 禦寒。

（Ｘ）28.只要泳技夠好，不需藉助其他器材在海邊游泳也不會有問題。

（Ｏ）29.海流是有方向性的，不熟悉當地海流而從事水域活動是很危險的。

（Ｏ）30.凹凸不平的海底，海面突出的礁石、沉舟都是造成亂流的原因。

（Ｏ）31.鯊魚的嗅覺靈敏，因此身上有傷口或流血應儘快離開水域。

（Ｘ）32.海蛇毒性不大，被咬傷後不需做醫療處理，沖乾淨就好。

（Ｘ）33.水母種類很多，大多沒有毒性，不必擔心碰到身體。

（Ｏ）34.海水向岸邊不斷堆積之後必須找尋一空隙流回海中，稱離岸流。

（Ｘ）35.海邊的急流受風影響最大，因此颱風季節最明顯。

（Ｘ）36.海嘯通常只產生巨大聲響，對岸邊的影響不大。

（Ｘ）37.在海中碰到鯊魚應拼命快游上岸，因為鯊魚視覺遲鈍。

（Ｏ）38.在海中游泳戲水最好穿著適當衣物可保護皮膚免於碰觸水母。

（Ｏ）39.由沙灘入水，遇到浪大應避浪前進，不要做正面的抵抗。

（Ｏ）40.水位尚淺只在腿部以下，避浪前進可以側身站立不動抵抗海浪。

（Ｏ）41.水位較深超過腰部時，避浪前進應以身體背部面對海浪較安全。

（Ｘ）42.在身體內，最受壓力所影響的空間是胸腔。

（Ｏ）43.為避免體內受到擠壓，體內空腔的內外壓力必須保持相等。

（Ｏ）44.健康的潛水員，只要捏住鼻子，緊閉嘴巴緩慢的做類似擤鼻涕的動作，將空氣輸送到耳朵和鼻竇的空腔內即可平衡壓力。

（Ｏ）45.熟練蛙鞋的用法可以助泳，同時可空出雙手來做其他事情。

（Ｘ）46.浮潛是沒有危險性的，所以感冒身體不適也可從事浮潛活動。

（Ｘ）47.浮潛時為了避免耳朵進水，可以戴各種的耳塞以增加舒適感。

（Ｘ）48.浮潛活動最要緊的是避免只有一個人行動，環境熟悉就無所謂了。

（Ｘ）49.水域游泳或浮潛可以隨心所欲碰觸水中生物及礁石。

（Ｘ）50.在水中下潛時，若無法平衡耳壓，只要自己能夠忍耐就沒有危險

（Ｏ）51.從事水域活動若有寒冷、疲勞、受傷或感到不適時應立即離水上岸。

（Ｏ）52.要從事水域活動時應避免服藥、飲酒。

（Ｏ）53.在水域從事活動應留意安全標誌及警告指示牌，才能安全愉快的游泳。

（Ｘ）54.從事急流活動或泛舟時，只要天候良好不覺寒冷，只穿著一般泳衣褲就可以了。

（Ｘ）55.在水域救援行動中，應發揮大愛精神，不惜犧牲自己也要拯救別人。

（Ｘ）56.當發現有人需要救援時，應第一時間投入不需通知別人或尋求幫助，因為時間緊

 迫不能考慮其他問題。

（Ｏ）57.在任何水域救援時仍以伸過去救、拋過去救，盡量避免自身下水為原則。

（Ｏ）58.自身要下水救援時要先做安全評估與確認本身的能力是否勝任。

（Ｏ）59.流動的水具有非常的重量及力量，如果河道較淺或狹窄但量不變，則速度增加。

（Ｏ）60.平緩的水流衝擊力較小，但當流速加倍時，其衝擊力則變為四倍。

（Ｏ）61.通常當水流被迫繞著障礙物兩側通過而非由上方越過時，在障礙物的下游(後方)

 會形成漩渦。

（Ｏ）62.漩渦籬笆即介於層流和漩渦間的分水線，通常是可看見的。

（Ｏ）63.人在溪流中漂流橫渡的姿勢應該是仰面朝上、雙腳順流朝向前約與臀部同高或稍

 低較恰當。

（Ｏ）64.漂流中要由溪流左側靠岸時，頭向左側身體與水流保持45度即可。

（Ｘ）65.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，這並非是山洪爆發前兆，不用立即離開水域往高處撤退。

（Ｘ）66.若遇溪水暴漲，被困岩石上或在沙洲中，應立即涉水游泳離開。

（Ｘ）67.溪谷溯行選擇水深、水流速快的區域通過，注意天候水流，強行通過比較刺激。

（Ｏ）68.溪流戲水安全須知清澈見底的溪流，身臨溪畔很難抗拒那股清涼的誘惑，這美麗的陷阱容易讓人活不過今天，應加強注意戲水安全。

（Ｏ）69.脫離有眼之漩渦時，可順著漩渦的離心力儘速衝出。

（Ｘ）70.海水比重比淡水輕，因此在海裡游泳比在淡水中較容易浮起。

（Ｏ）71.河流的等級會隨水位高低的變化而立即改變，故應隨時保持警覺、應變。

（Ｘ）72.河流有三種形式，通常下游段較危險，救援也較困難。

（Ｏ）73.平緩的水流沖擊力較小，但當流速加倍時，其沖擊力則為四倍，人們會在腳踝深

 的險峻河道中放沖走。

（Ｏ）74.小腿以下陷入泥沼流沙，應立即攤開雙手後躺，腳尖下壓，擺動小腿先抽出一腳

 再抽出另一腳。

（Ｘ）75.手放在頭上成〝○〞字形：表示求救，我需要協助。

（Ｏ）76.在橫渡急流或特定目標區如河中岩石、障礙物、倒樹等可以用抬頭捷泳方式，在上游區以45度的擺渡角，切向目標區。

（Ｏ）77.當海面風浪超過四級以上即不適宜海中活動故宜儘量避免。

（Ｏ）78.潮流是因海水的漲落而引起的水平運動，其中退潮流最強的時間是在剛退潮時。

（Ｏ）79.在急流水域中，迴流區存在於突出水面的岩石後，在急流救生行動中為可攻可守

 之據點。

（Ｏ）80.水深20公尺，潛水人員承受的壓力為3大氣壓。

（Ｏ）81.風浪係由風力吹拂海面所形成。風力吹拂的長短，強度，時間，決定浪的大小

（Ｏ）82.海域激流，是指一股往外海拖曳的強勁水流，激流是海濱溺水事件的最大原因。

（Ｏ）83.激流通常是因為海岸與沙洲之間形成窄狹通道而產生，由於大浪推積海水，而後回流入海，產生拖曳效果，海浪越大，激流越強。

（Ｏ）84.激流有下列之現象：1.顏色較深，表示水較深2.海水混濁是由於海水攪拌起海底的砂。3.水面平靜帶有小波及白色泡沫。

（Ｏ）85.海流沖走時之對策如果你是善游者，切45°度角順水流而游，等到游出水流邊界時游回岸上。如果你不善游或已疲乏，順水流漂浮，不要與海流博鬥，沿岸邊30～40米處順水流而游，待游出水流邊界時游回岸上或求救。

（Ｏ）86.潮汐會造成潮流在近岸，它的流向大都是漲潮時往岸邊流，退潮時往外海流。

（Ｏ）87.潮汐會使水位升降差距很大。

（Ｏ）88.海域水流的流向會隨著季節及潮汐、風力、地形、溫度、波浪等原因而變化，流

 速也隨之變化。

（Ｏ）89.通常在半島的尖端、礁與礁之間、礁與岸之間都會成為激流。

（Ｏ）90.在台灣的海水浴場通常都會在近岸淺灘處，用浮繩圍一安全界限區，以供泳客嬉

 水

（Ｏ）91.站在水中時如有較大的浪打來，應立即站穩側身對著浪，並弓身隨浪跳起或逆浪

 潛遁，不要硬碰。

（Ｏ）92.站在較淺的水中，絕不可面（背）對大浪挺身直立，以防折傷腰椎。

（Ｏ）93.培養水域安全的養成教育，須遵循基本的規範，推廣人們參予各種受歡迎的水域活動更能讓人了解各種活動的安全認知並養成守法的習慣。

（Ｏ）94.溪流戲水主要溺斃原因水溫層異大、水冰冷（導致抽筋）。

（Ｏ）95.溪流戲水主要溺斃原因漩渦暗流多（導致被水沖走）。

（Ｏ）96.溪流戲水主要溺斃原因河床落差大（驟然凹陷陡降，導致被水淹沒或沖走）。

（Ｏ）97.溪流戲水主要溺斃原因豪雨山洪暴發（導致被水沖走）。

（Ｏ）98.溪流戲水主要溺斃原因穿著牛仔褲下水（吸水後笨重的牛仔褲往往就是拖住泳客

 的致命傷）。

類別：開放性水域安全常識

二、選擇題：

（2）1.彎曲河道流水速度（1）內側比外側快（2）外側比內側快（3）兩側一樣。

（3）2.何種海上救生最有效安全（1）游泳救生（2）衝浪板救生（3）船艇救生。

（1）3.對溺水病患實施救援之前，為不使自己也成為受難者，應先確定何事項？(1)自身安全 (2)水域水深 (3)溺者性別。

（3）4.海流流速及船速快慢皆以「節」計算，每小時一節相當於每小時幾公里？(1)0.852

 (2)2.852 (3)1.852 。

（2）5.水中環境當深度增加，承受壓力逐漸增加，海水每加深10公尺，壓力增加？(1)2大氣壓 (2)1大氣壓 (3)3大氣壓 。

（1）6.「黑潮」流經台灣沿海，是北太平洋中的暖性洋流，其流動方向為何？(1)南往北流 (2)北往南流 (3)流向不定。

（1）7.人於冷水中待救，防範身體失溫的措施，下列何者最適當？

 (1)身體團縮 (2)喝酒加溫 (3)水中運動 。

（3）8.潛入水下回升水面時，非慣用手單臂上舉，眼睛觀察水面四周，主要為何？(1)釋放壓力 (2)運動肌肉 (3)防止碰撞 。

（3）9.浮潛救生如面鏡進水，用手輕壓上端，以鼻子呼氣將水排出，臉部應如何？(1)向

 下低 (2)臉緊繃 (3)微上仰 。

（3）10.救者要藉鐘擺方式將溺者帶回岸邊，岸上助手群應將繩索(1)搖晃（2）抖動(3)固

 定。

（3）11.在鬆沙層或泥沼灘行進，應(1)踮腳尖（2）跳躍(3)跪爬前進，才是安全的行進方

 法。

（1）12.支道激流與主道激流交匯處或山壁檔水處常會產生(1)迴流與漩渦（2）順流與潮差

 (3)逆流與波浪。

（3）13.趕到激流救援現場最重要的是先(1)清點裝備器材（2）清查溺者身份(3)瞭解地形與地物之狀況，才能當機抉擇出有利的「集結處」。

（1）14.激流的淺灘區除了以涉水的方式行進，也可以使用(1)滑泳（2）翻滾(3)潛泳通行。

（2）15.「淺灘涉水，深水漂泳」，漂泳在河流救援勤務中，與涉水前進是(1)相剋的（2）

 相輔的(3)相同的。

（3）16.在急流灘滑倒時，應即(1)閃避（2）抗拒(3)藉助急流的衝力順勢翻身起立。只要能站起來，衝擊力即刻減緩。接著保持平衡，就可以繼續涉水前進。

（1）17.河域流水之顏色逐漸呈現(1)混濁（2）潔淨(3)清澈，這是顯現河水已開始暴漲之

 前兆。

（3）18.執行急激救援的個人裝備包含(1)合身的防寒衣與頭盔和涉溪鞋及防滑手套2.救生衣與輔助繩和水刀及哨子3.以上均是。

（3）19.下列敘述何者不是水域安全維護之內容 （1）教育指事前預防（2）警戒指現狀維 持（3）遊艇觀景指水域運送（4）救援指事後補救。

（2）20.河流救生之「停止」信號，指的是（1）儘快發出信號（2）前方有潛在危險（3）

 結束泛舟（4）舟隊重新集合。

（1）21.退潮時欲自海中回岸，應採取（1）借浪（2）潛避（3）仰漂（4）水母漂，以節省

 體力。

（2）22.海灘應禁止野餐，同時(1）可用玻璃器皿 (2）禁用玻璃器皿 (3）可飲用酒類。

（2）23.海洋的海水流動，稱之為 (1）海流 (2）河流 (3）溪流。

（2）24.離岸流也稱之 (1）迴流 (2）近岸流 (3）洋流。

（4）25.若遇溪水暴漲，被困岩石上或在沙洲中，應 (1）涉水離開 (2）順流游泳 (3）大聲呼救 (4）保持冷靜，等待救援。

（1）26.溪谷溯行選擇〈1〉水淺 (2）水深 (3）水濁 (4）以上皆可、流速平緩的區域通過，同時注意天候水流，量力而為不可貿然強行通過。

（4）27.大海翻船若迷失方向應如何觀察游回岸 (1)風向(2)海流(3)魚群(4)海鳥歸巢及礁

 海閃光。

（4）28.火海逃生應逆風游,換氣時臉部要 (1)順風(2)隨意(3)側面 (4)背風。

（2）29.一天24小時中(漲退潮算一次)共有幾次漲退潮 (1)一次(2)二次(3)三次(4)二天一

 次。

（1）30.淡水為 (1)低張(2)高張(3)普通 壓液體吸入後,滲入循環系統造成血液稀釋,肺

 泡塌陷,氣體交換困難。

（2）31.海水為 (1)低張(2)高張(3)普通 壓液體吸入後,血液之水份滲入肺泡,造成肺泡腫脹,全身血量減少,血色素增高。

（2）32.對河流的基本知識，下列何項敘述錯誤 （1） 辨別河岸方位，人員應面對下游（2）水底的流速通常較水面急速（3）河水的流速加倍，衝擊力就增加4倍（4）迴旋流是河水與河岸的摩擦阻力而產生的。

（4）33.小明在河邊玩耍，不小心滑入水中 。請問他應該（1）奮力往上游划（2）往下游划（3）逆流往岸邊划（4）順流往岸邊划。

（4）34.山洪爆發前兆何者有誤?（1）上游山區烏雲密佈（2）聽到上游傳來隆隆聲響越來越大（3）溪水變混濁還夾帶樹枝（4）久旱突來及時雨。

（3）35.離岸流常把泳客帶出外發生意外事件，當陷入離岸流時該如何應對? （1）使用抬頭游法看清楚方向（2）用最快速潛泳游回岸邊（3）往兩側游離此離岸流範圍後，再游回岸邊（4）都可以。

（3）26.救生員通訊方法有哪些(1）手勢、口哨(2）浮漂、船槳(3）旗幟、燈號、無線電(4）以上皆是。移至開放水域

科目： 開放水域

子科目：開放水域管理

是非題：

1. ( O ) 由於海水浴場區域遼闊，深淺不一，加上天候、風浪、潮汐因素，所以海水

 浴場之救生工作要比其他浴場來得複雜。

2. ( O ) 優良的海水浴場，必須具備各種安全要件及設備，加上嚴格和完善的安全管

 理。

3. ( O ) 緊急評估處理，是第一個到達現場者，用來檢查有無危害生命情形並作急救

 處理以挽救其生命。

4. ( O ) 發現溺者陷身激流求救，最妥當的作為，是在岸邊大聲呼喊他人協助岸上救

 援，切忌獨自徒手下水救援溺者。

5. ( O ) 發現溺者於激流沉沒，請記住其滅頂處。並撥119電話詳細告之發生狀況及

 地點，將救援任務交由消防局來執行。

6. ( O ) 在海域值勤時，將救生浮標(魚雷浮標)，放於方便取得位置，以利救援工作。

7. ( O ) 原為著名之水域活動地，後因管理單位行政怠惰，未能繼續經營；為防止民

 眾溺水，承擔責任，最有效之方式為直接宣布該活動地為「危險水域」，禁止

 民眾碰水。

8. ( O ) 水域活動場地營業時間內應有專任救生員駐於適當地點，並預備救生器具備

 用。

9. ( O ) 水域活動場地應有急救箱之設置，其藥品並應隨時補充。

10. ( O ) 水域活動場地出租之游泳衣褲或浴巾，應清洗及經有效消毒，並應儲置於

 清潔之櫃內。

11. ( O ) 明知泳客患有性病、化膿性瘡傷、傳染性眼疾或其他傳染性疾病者，應予

 拒絕其入池（場）。

12. ( O ) 水域活動場地停用三個月以上再行使用時，應另行向當地衛生主管機關報

 准。

13. ( O ) 更衣場及淋浴室，應男女嚴密分隔使用，盛放衣物設備，每日應擦拭潔淨。

14. ( O ) 海濱浴場範圍內，不得有污水或工業廢水流入，其水質在每一百公撮水中

 大腸菌類，海濱浴場不得超過一千個。

15. ( X ) 海濱浴場範圍內，不得有污水或工業廢水流入，其水質在每一百公撮水中

 大腸菌類，海濱浴場不得超過三千個。

16. ( O ) 水域遊憩活動，指在水域從事下列活動：一、游泳、衝浪、潛水。二、操

 作乘騎風浪板、滑水板、拖曳傘、水上摩托車、獨木舟、泛舟艇、香蕉船

 等各類器具之活動。三、其他經主管機關公告之水域遊憩活動。

17. ( O ) 水域管理機關，係指下列水域遊憩活動管理機關：一、水域遊憩活動位於

 風景特定區、國家公園所轄範圍者，為該特定管理機關。二、水域遊憩活

 動位於前款特定管理機關轄區範圍以外，為直轄市、縣(市)政府。

18. ( O ) 水域管理機關得視水域環境及資源條件之狀況，公告禁止水域遊憩活動區

 域。

19. ( O ) 從事水域遊憩活動，應遵守不得違背水域管理機關禁止活動區域之公告。

20. ( O ) 從事水域遊憩活動，應遵守不得違背水域管理機關對活動種類、範圍、時

 間及行為之限制公告。

21. ( O ) 從事水域遊憩活動，應遵守不得從事有礙公共安全或危害他人之活動。

22. ( O ) 從事水域遊憩活動，應遵守不得污染水質、破壞自然環境及天然景觀。

23. ( O ) 從事水域遊憩活動，應遵守不得吸食毒品、迷幻物品或濫用管制藥品。

24. ( O ) 所稱潛水活動，包括在水中進行浮潛及水肺潛水之活動。

25. ( O ) 所稱浮潛，指佩帶潛水鏡、蛙鞋或呼吸管之潛水活動。

26. ( O ) 所稱水肺潛水，指佩帶潛水鏡、蛙鞋、呼吸管及呼吸器之潛水活動。

27. ( O ) 所稱獨木舟活動，指利用具狹長船體構造，不具動力推進，而用槳划動操

 作器具進行之水上活動。

28. ( O ) 從事獨木舟活動，不得單人單艘進行，並應穿著救生衣，救生衣上應附有

 口哨。

29. ( O ) 從事獨木舟活動，每次活動均應攜帶救生浮標。

30. ( X ) 從事獨木舟活動，只要有穿著救生衣，救生衣上附有口哨，就可單人單艘

 進行。

選擇題：

1. ( 4 ) 為維護浴場安全救生管理員應有？( 1 )救生浮水擔架( 2 )CPR專用呼吸面

 罩( 3 )急救箱( 4 )以上皆是。

1. ( 4 ) 下列何者為海水浴場之必備安全設備( 1 )安全警戒線( 2 )浮台( 3 )瞭望

 台( 4 )以上皆是。

1. ( 4 ) 下列何者為海水浴場救生員所使用之救生器材( 1 )魚雷浮標(筒)( 2 )救生

 板( 3 )救生橇( 4 )以上皆

1. ( 2 ) 救生員堅守救生第一，於警戒位置隨時注意泳客動向，絕對遵守何種規定？

 ( 1 )擅離職守( 2 )泳池規則( 3 )逾越權責。

5. ( 4 ) 執行援救任務下列何者為非？( 1 )安全( 2 )有效( 3 )迅速( 4 )姿勢優美。

6. ( 4 ) 有下列情形之一者不得進入海水游泳池？( 1 )患有傳染病（如花柳病、皮

 膚病及心臟病者）( 2 )酒醉、精神病或危及其他類似病患者( 3 )攜帶危險

 物品者( 4 )以上皆是。

7. ( 1 ) 海濱浴場範圍內，不得有污水或工業廢水流入，其水質在每一百公撮水中大

 腸菌類，海濱浴場不得超過( 1 )1000( 2 )2000( 3 )3000( 4 )4000個。

8. ( 4 ) 泳客有下列情事之一者，救生管理員應予勸阻( 1 )入池前未淋浴沖洗者( 2 )

 未穿著清潔泳衣褲泳帽者( 3 )攜帶動物入池(場)者( 4 )以上皆是。

9. ( 4 ) 為維護浴場安全救生管理員應有？( 1 )救生浮水擔架( 2 )CPR專用呼吸面

 罩( 3 )急救箱( 4 )以上皆是。

10. ( 4 ) 下列何者為海水浴場之必備安全設備( 1 )安全警戒線( 2 )浮台( 3 )瞭望

 台( 4 )以上皆是。

11. ( 4 ) 下列何者為海水浴場救生員所使用之救生器材( 1 )魚雷浮標(筒)( 2 )救

 生板( 3 )救生橇( 4 )以上皆

12. ( 1 ) 浴場沙灘或水中沙底，都應( 1 )時常打掃與打撈整潔( 2 )偶而打掃與打

 撈整潔( 3 )不用管理。

13. ( 2 ) 海灘應禁止野餐，同時( 1 )可用玻璃器皿( 2 )禁用玻璃器皿( 3 )可飲用

 酒類。

14. ( 1 ) 海水浴場之擴音器設在( 1 )救生指揮塔( 2 )管理站( 3 )倉庫。

15. ( 1 ) 在水深區，標定明顯的( 1 )游泳區標誌( 2 )潛水區標誌( 3 )打魚區標誌。

類別：「開放性水域救生員檢定」急救

一、是非題：

（Ｘ）1.人體呼吸系統負責體內外氣體交換，吸氣時攝取空氣中的二氧化碳，呼氣時排出體

 內的氧氣。

（Ｏ）2.空氣經由鼻腔進入肺臟到細支氣管這一段空氣通道，稱之為呼吸死腔，約佔呼吸空氣量的30%。

（Ｏ）3.人體的循環系統：包括「心臟」與「血管」(血管：包括動脈、靜脈、微血管)。

（Ｘ）4.心臟動脈為心臟的兩條特殊動脈，專門負責供應心臟本身肌血流，堵塞時會引發心肌梗塞。

（Ｏ）5.心臟一縮一張的節奏性活動，將新鮮血液輸送到全身組織細胞，為維持生命最重要的原動力。

（Ｘ）6.左邊心臟將含有CO2血液經右心室送到肺臟進行氣體交換後，送回左心房，此稱為

 小循環。

（Ｘ）7.右邊心臟將含有O2血液經左心室送到全身，收集全身CO2及廢物運回右心房，此稱

 大循環。

（Ｏ）8.緊急評估處理，是第一個到達現場的用來檢查有無危害生命情形並作急救處理以挽

 救其生命。

（Ｏ）9.到達出事現場：停下來、觀察、評估、考慮有無可能再發生危險，保護自身及傷患

 的安全。

（Ｏ）10.給予醫學陳述目的：告訴傷患－我接受過急救訓練，我可以幫助您－這用來使他

 鎮定與安心。

（Ｏ）11.緊急評估處理的步驟之優先順序為：喚醒、氣道、呼吸、循環、出血、休克。

（Ｏ）12.CPR操作步驟：叫(喚醒)、叫(求救)、A(氣道)、B (呼吸、人工呼吸)、C(循環、

 CPR)。

（Ｏ）13.因舌頭附著於下顎，當抬起下巴時，舌頭會隨著離開咽喉後壁，因此氣道就能暢

 通無阻。

（Ｘ）14.若口內有異物時，不必使用手指清除口內異物後，再壓額抬起下巴，以暢通傷患

 的氣道。

（Ｘ）15.操作「口對口人工呼吸」的吹氣時，也可使用在服毒而昏迷之患者。

（Ｏ）16.若空氣吹不進去時，重新抬高下巴再次吹氣；仍吹不進去?氣道哽塞?用哈姆立克

 法急救。

（Ｘ）17.兒童氣道哽塞急救術：拍背5下、壓胸5下、清除口腔異物、抬高下巴、口對口

 人工呼吸。

（Ｏ）18.心肺復甦術CPR，就是指急救時要使用口對口人工呼吸(EAR)與心外按摩(ECC)兩種

 技術。

（Ｏ）19.傷患昏迷、無呼吸、無脈搏時，立即實施CPR，按壓吹氣比率30：2 (按壓速率100

 次/分)。

（Ｏ）20.心外按摩向下按壓4?5公分，口訣－用力壓、快快壓、胸回彈、莫中斷，5個循環

 後換手。

（Ｘ）21.單人急救時，心外按摩的按壓、與口對口人工呼吸的吹氣之比例為5：1。

（Ｘ）22.雙人心肺復甦術，心外按摩的按壓、與人工呼吸的吹氣之比例為15：2。

（Ｘ）23.當救者盡了最大努力，但溺者仍回天乏術時，不需要立即通知當地派出所派人處

 理。

（Ｘ）24.檢查是否有流血時，建議在接觸其血液、體液、黏膜或分泌物時，不須要穿戴手

 套。

（Ｏ）25.休克症狀：顏面蒼白、皮膚濕冷、脈搏快微弱、眩暈噁心嘔吐、煩躁不安、精神

 困惑狀。

（Ｏ）26.成人CPR 心肺復甦術胸外按壓部位是目測兩乳連線胸骨下半段。

（Ｘ）27.發現傷患無脈搏、呼吸時，應於現場給予立即CPR，以搶救傷患生命。

（Ｏ）28.當自動體外電擊器正進行分析心律及電擊時均不可接觸與碰觸病人。

（Ｏ）29.重度(完全)氣道哽塞症狀是 : 不能說話 、不能呼吸 、不能咳嗽。

（Ｘ）30.頸椎受傷患者應採用復甦姿勢以減緩傷勢惡化。

（Ｏ）31.實施頸脊椎固定法一定要保持患者的頭、頸、上半身成一

 直線。

（Ｘ）32.當有呼吸無脈搏(心跳)時為心肺復甦術的使用時機。

（Ｏ）33.輕度(部份)氣道哽塞症狀是 : 說話困難、呼吸困難、咳嗽。

（Ｘ）34.自動體外電擊器電極貼片清洗後可重複使用。

（Ｏ）35.哈姆立克法操作是使橫膈膜突然向上，壓迫肺部，以使阻塞氣管之異物噴出。

（Ｏ）36.對於無意識者以哈姆立克法急救，施救者跨坐於傷患下肢處，兩手手指互扣後，翹起以手掌跟部，置於傷患之肚臍與劍突中間，往下並往前推壓。

（Ｘ）37.傷患或溺者沒有呼吸就應作CPR。

（Ｏ）38.單救者操作成人CPR，其人工呼吸與胸外心臟按摩之比率為2：30。

（Ｘ） 39.發現臉色蒼白之患者，應立即將患者移至太陽下並請其坐下休息，以免造成休克。

（Ｘ）40.燒燙傷之處理應先以冷水沖泡，至不痛後再擦上消炎膏預防患部發炎。

（Ｏ）41.人體處於冷水中極易喪失體溫，當人體體溫降至低於30度時便可能喪失意識，心

 跳停止，造成死亡。

（Ｘ）42.口對口鼻人工呼吸法最適於施救成人患者時使用。

（Ｏ）43.心跳突然停止，如未給予任何處理，腦部缺氧4至6分鐘後，開始受損；如超過10分鐘還沒有接受任何急救，則會造成腦部無法復原的損傷。

（Ｏ）44.水中失溫的症狀是顫抖，水的導熱速度比空氣中快20倍，可在某一溫度下發生失

 溫的危險。

（Ｏ）45.傷患昏迷、無呼吸、無脈搏時，立即實施CPR，按壓吹氣比率15：2 (按壓速率100

 次/分)。

（Ｘ）46.人體的氣管在頸的後面，因此使用托顎帶人法拖帶溺者時，可以不必注意會壓到

 氣管。

（Ｏ）47.對於無意識者以哈姆立克法急救，施救者跨坐於傷患下肢處，兩手手指互扣後，翹起以手掌跟部，置於傷患之肚臍與劍突中間，往下並往前推壓。

（Ｘ）48.施行CPR因體力上消耗大，可作短暫休息再繼續操作。

（Ｏ）49. C.P.R適用時機，舉凡溺水、心臟病、高血壓、車禍、觸電、藥物中毒、異物堵塞呼吸道等導致之呼吸終止，心跳停頓在就醫前，均可利用心肺復甦術維護腦細胞及器官組織不致壞死。

（Ｏ）50.人工呼吸每分鐘約12口氣；胸外按壓每分鐘約100次。

（Ｏ）51. C.P.R操作時應注意事項，在步驟上最少應包括：確定意識求救並安置妥當，暢通呼吸道，檢查呼吸道、吹氣、測量脈搏等。

（Ｘ）52. C.P.R可考慮中止操作之條件之一，患者已恢復自然呼吸及血液循環，也就是可以自發性的呼吸，心跳都已恢復了。

（Ｘ）53.只有在出血無法以直接加壓控制的情況下才能使用止血帶。

（Ｘ）54.檢查病患呼吸與脈搏只需5秒鐘即可。

（Ｘ）55.對成人實施「心肺復甦術」，按壓速率為每分鐘80次。

（Ｏ）56.溺水患者常有機會合併其他創傷，處理時需小心以免造成不必要的二次傷害。

（Ｘ）57.台灣地區地處亞熱帶，夏季水溫高，溺水之患者不會有體溫過低的問題。

（Ｏ）58.急救中暑傷患，可用毛巾或海綿浸冷水拍拭身體使體溫降低。

（Ｏ）59.人體體溫下降到29.4℃以下會呈現死亡。

（Ｏ）60.急救的目的：一、維持或挽救生命。二、防止傷勢或病情惡化。三、使傷患儘早

 受到醫療照護。

（Ｏ）61.意外傷害發生時的緊急處理步驟之初步評估－呼吸道是否暢通、有否呼吸、血液

 循環狀況是否良好。

（Ｘ） 62.意外傷害發生時的緊急處理步驟之深入評估－僅以用視覺來觀察傷患的生命徵象，呼吸、脈搏、體溫、膚色、瞳孔、血壓及意識能力等狀況即可。

（Ｏ）63.急救的一般原則：預防傷患休克，注意保暖及防止體液的流失。

（Ｘ）64.急救的一般原則：只需注意患者四周的空氣流通，不用遣散圍觀民眾。

（Ｏ）65.急救員的基本責任：一、保護患者生命。二、減輕傷患痛苦。三、促患者早日康

 復。

（Ｏ） 66.心肺復甦術的主要復甦法：ABC三原則A（Airway）－暢通呼吸道、B（Breathing）－維持呼吸、C（Circulation）－維持血液循環。

（Ｘ）67. C.P.R的重要性：腦部缺氧時間超過2～4分鐘則腦部可能受到損傷，超過7分鐘後一定會有腦損傷，超過8 分鐘就一定會導致腦死亡。

（Ｏ）68. C.P.R的適用情況：溺水、觸電、呼吸困難、藥物過量、異物哽塞、一氧化碳中毒、心臟病… 等造成呼吸、心跳停止的情況均應立刻施行心肺復甦術。

（Ｘ）69.實施心肺復甦術應注意事項：心外按壓不可壓於劍突處，以免導致胃臟破裂。

（Ｏ）70.心外按壓時，手指勿扣壓於肋骨上，以免造成肋骨骨折。

（Ｏ）71.心外按壓時，施救者採跪姿雙膝分開與肩同寬，肩膀應在患者胸部正上方，手肘

 伸直，垂直下壓於胸骨上。

（Ｏ）72.終止心肺復甦術的時機：患者已恢復自發性呼吸與心跳或醫師宣佈死亡。

（Ｘ）73.創傷的分類：斷裂傷是屬於閉鎖性創傷。

（Ｏ）74.休克的定義：因有效血循環量不足，造成組織與器官的血液灌注量缺少而影響細胞的正常功能，所產生的症狀。

（Ｏ）75.若溺者面部向下，救生員則以溺者的身軀作為軸心將其反轉，使其面部在水面上，在反轉溺者時，救生員應適量地用鼻吸氣，以避免海水及沙粒倒灌入鼻腔內。

（Ｘ）76.救生員如在沙灘為溺者安放復原臥式，溺者的身體應與海邊垂直面部背海，以方

 便分泌或嘔吐物從口中流出。