

國內郵資已付  
斗六郵局  
許可證  
斗六字第141號

印刷品  
無法投遞時請免退回

# 雲聲

國立雲林科技大學校刊  
第205期 2006年6月01日出版

發行人：林聰明  
出版者：國立雲林科技大學  
編輯：雲聲編輯委員會  
主任委員：陳俊宏  
總編輯：顧理  
執行編輯：高懿貞  
電話：(05) 534-2601  
傳真：(05) 532-1719  
校址：64002 雲林縣斗六市  
大學路3段123號  
網址：www.yuntech.edu.tw  
/~aax/index.htm  
E-mail：aax@yuntech.edu.tw  
(本刊物響應環保選用再生紙印刷)



藝術中心新展場正式啟用

## 走向藝術中心的新大門

藝術環境就是沉浸在具有美感的環境中，耳濡目染也會感到人生的美好，他代表的是一種精神，是一種培養美感之處，而雲科大的藝術中心提供了這樣一個美好而可貴的場域。

在校園中，當您作實驗累了，可以走向藝術中心，坐下來聆聽一首音樂，當您寫論文累了，可以走向藝術中心，看一幅色彩豐富的畫，便覺得人生可以過得亮麗精彩，也許當您的朋友來到雲科大，您可以

帶您遠道而來的朋友來藝術中心賞畫，藝術中心工作同仁一定給予親切的微笑；再者，您與家人於卡璐信用餐後，建議可以散步來到藝術中心，一幅幅藝術家的精心傑作，引您進入藝術的世界中，想像看不見的視野與被忽略的美感。

藝術中心新展場正式啓用，便在心新開張的一個月內，舉辦一系列數場的藝文活動，很值得高興的是，新開始就受到許多師生的熱情參與，喜愛新的展覽環境。

藝術中心五月份順利推出了藝術季一系列的活動，靜態展覽部分含視傳系畢業成果展、黃圻文「神彩奕藝」創作展、林怡玲「現代烏托邦」繪畫展，以及目前展於大禮堂的「許朝森-世界水墨畫展」、「雅石靈韻之美特展」、校園各角落的「校園雕塑藝術展」、「劉載福首壽圖」書法展等。

人文藝術講座系列的部分，邀請到國家文化藝術基金會文化獎（作曲創作類）的錢南章老師，關於錢老師的創作歷程，邀請黃圻文藝術家演講與做多方面的活動宣傳，歡迎愛好藝文的朋友，時常蒞臨藝術中心參觀。

## 藝文活動預告

- 6月7日至7月23日2006 台灣- 西班牙- 墨西哥- 國際素描展。
- 7月23日至8月18日游森竣- 荒源幻境- 西畫- 油畫展。
- 林子欽- 重現遭人遺忘的光榮油畫展。(陳柏羽, ext. 2646)



巧緻而美的演講空間



藝術中心位於圖書館與禮堂之間



學生與演講者的互動對話



藝術中心一景



感謝空設系黃衍明老師的設計規劃

## 急診室的春天

通識與科學教育中心本年度第 3 場通識講座，邀請台大醫院雲林分院江文莒醫師蒞校演講，主題為「急診室的春天」。江醫師將演講重點放在如何進行急救的項目中，讓在場的聽眾們日後遇上類似的緊急事故時能有所幫助。

### 為何要進行緊急救命術 (CPR)

當心跳停止 4-6 分鐘後，腦部組織就會因缺氧而壞死，如果沒有進行心肺復甦術，10 分鐘後就造成永遠的腦部壞死，病人如果心跳停止，必須在 4 分鐘內進行心肺復甦術，8 分鐘內進行高級心臟救命術 (ACLS)，救活的機會才比較大。

其實，緊急救命術 (CPR) 並不是最近才發明的。早在 200 年前就已經有 CPR 的觀念，是由兩位丹麥外科醫師 -- 希律醫師和洛夫醫師，於西元 1800 年左右發表在「Scandinavian Med J」的著作。當時雖然已有 ABCD 的概念，但仍有許多缺乏科學根據的地方，例如建議在 CPR 時往病人的肛門裏吹煙及試圖用燒紅的鐵塊把病人燙醒等。

在 1960 年，美國 Safar Peter, Jude 及 Kouwenhoven 3 位學者發明現代胸外按壓的心肺復甦術。1963 年美國心臟科 Leonard Scherlis 醫師在美國心臟醫學會 (American Heart Association, AHA) 成立 CPR 委員會，開始向全世界推展 CPR。爾後 CPR 的作法也隨著新的醫學研究的發現而每 5 年左右會進行修正，下面我們將介紹最新版 CPR (AHA-CPR and ECC Guidelines 2005) 的作法。

### CPR 的兩個重要的概念

重要概念一：生命之鏈，環環相扣 - 「儘早求救、儘早 CPR、儘早去顫電擊、儘早高級醫療照護」4 個環的過程都一樣重要。

病人如果沒有及時接受到前面 3 個環 (儘早求救、儘早 CPR、儘早去顫電擊) 的急救處理，即使送到再好的醫院，預後一



自動體外電擊器 (AED)

樣很差。

重要概念二：急救成功的兩大關鍵，必須能儘早給予正確的 CPR 與電擊治療。

正確 CPR 應該符合下列標準：用力壓、快快壓、胸回彈、莫中斷！

早期的去顫電擊則要靠自動體外電擊器 (AED) 的幫忙。

### 關於正確的 CPR 要點

- 一、用力壓：醫學研究發現大部分的施救者在 CPR 時壓胸的深度是不夠的。
- 二、快快壓 (每分鐘 100 下)：指的是以每分鐘 100 下的速度進行，大約是每秒鐘 2 下的速度。
- 三、胸回彈：鬆手時應使胸廓能完全擴張；因為 CPR 時心臟並未直接受到壓擠，而是靠胸腔內壓變化造成血液循環！所以胸外按壓鬆手時一定要讓胸廓完全回彈，才能使心臟有最大的血流輸出。
- 四、莫中斷：胸外按壓儘量不要中斷；才能持續有血流輸出，使病人的預後更好。

關於儘早去顫電擊治療方面，在美國已經大力推廣的自動體外電擊器 (Automatic External Defibrillator; AED) 能更進一步提高院外 CPR 病人的急救成功率。

其操作相當簡單，故又有「傻瓜電擊器」之稱。使用上有 4 個通用步驟：1. 打開開關；2. 貼上電極；3. 分析心律；4. 聽從建議 (按電擊鈕或 CPR)。

在 1999 年 Las Vegas 的賭場和飯店皆設置 AED 並教導飯店人員使用。結果使當地遊客猝死的存活率從 14% 遽昇至 57%！同樣自 1999 年 6 月起在全美最繁忙的芝加哥機場 (每年約 8 千萬個旅客) 放置 49 台 AED，機場內大部分的電視都播放 AED 的位置及使用法，10 個月後統計，共有 12 個在機場猝死的旅客因此得救。美國自 2000 年 5 月開始在許多公共場所開始大量放置 AED (柯林頓總統公開演講推廣)。2004 年 8 月在著名的「新英格蘭期刊」發表的研究顯示：受過簡單訓練的一般民眾都能正確而安全的使用 AED，而且能大大提高社區中猝死病人的存活率。

### 新版的 CPR 作法 (AHA-CPR and ECC Guidelines 2005)

重要口訣：叫 -- 叫 -- A -- B -- CPR (民眾版)

- 一、叫：確定病人失去意識！
- 二、叫：求救，請先打 119 求救！若有旁人在場，請他去打電話。但遇有下列情況應先 CPR 2 分鐘 (作 5 個循環) 再求救：溺水、中毒、外傷、小孩 (8 歲以下)。
- 三、A：打開呼吸道 (Airway)，用「壓額提下巴」的方法！
- 四、B：檢查呼吸 (Breath)，有沒有正常的呼吸？沒有的話，吹兩口氣！

檢查方法：看、聽、感覺；檢查別超過 10 秒。若沒有呼吸，吹兩口氣；每口氣吹一秒、確認吹氣時病人胸部有起伏；此時若病人還不會動也沒有任何反應，就開始下一步驟！此處和以往不同在於吹氣時間變短、民眾不用檢查脈搏或循環徵象！

五、CPR：進行緊急救命術 CPR！每壓 30 下吹 2 口氣，此處和以往不同在於給氣和按壓的比例由 15:2 改為 30:2



檢查有無『正常』的呼吸，沒有的話，吹兩口氣，並確認吹氣時胸部有起伏

。民眾 CPR 作到何時？只要病人會動、高級救護隊到達、AED 或去顫器到達即可！此處和以往不同在於不用每 4 循環就檢查一次脈搏或呼吸。

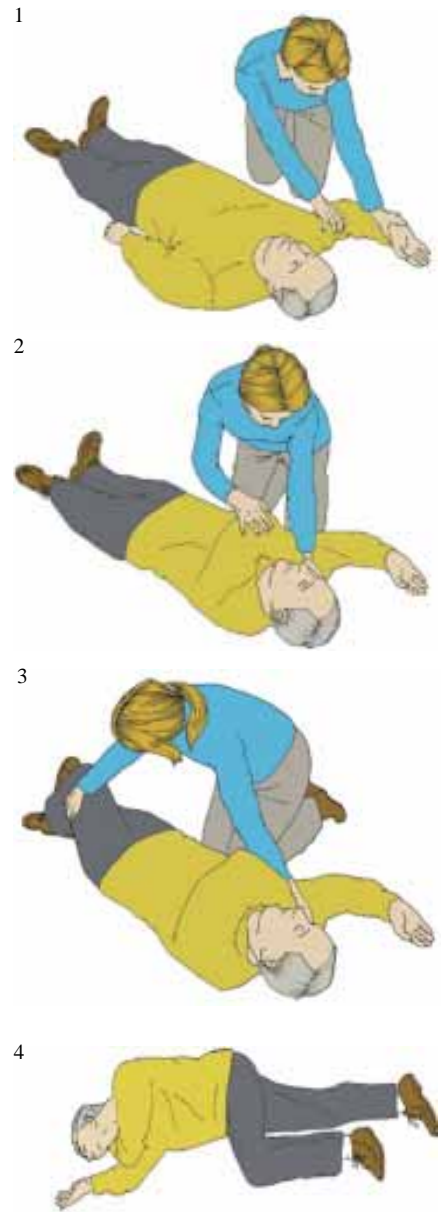
#### 處理呼吸道 (Airway) 應注意事項

- 一、呼吸道是否暢通。
- 二、以適當的方法打開呼吸道：民眾一律使用壓額抬下巴，專業人員在懷疑頸椎受傷者，可用下巴推擠法。不再建議民眾使用下巴推擠法。  
在檢查呼吸 (Breath) 方面：請檢查有無『正常』的呼吸！
- 三、正常的呼吸指的是持續存在有規律的呼吸。偶爾的一次喘氣 (瀕死呼吸) 不能算是正常的呼吸！
- 四、檢查方式：看聽感覺；看胸部是否有規律地起伏，聽口鼻的是否有呼吸聲、以臉頰感覺是否有呼氣的氣流。
- 五、如無呼吸：吹兩口氣，每口氣吹一秒即可，並確認吹氣時胸部有起伏。

#### 進行胸外按壓

胸骨中央與乳頭連線交點；一手掌跟在下，另一手掌跟在上，雙手交扣。手肘打直才能把力量完整傳入病患的胸腔。按壓深度 4-5 公分 (1.5-2 英寸)；按壓速率大約每分鐘 100 次。按壓與換氣的比例是 30 : 2！

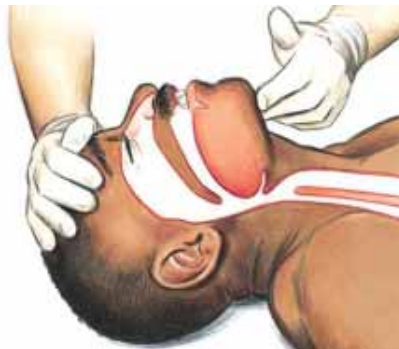
復甦姿勢 (Recovery Position)，適用於神智不清者，或急救成功後等待進一步救援之時。可防止呼吸道阻塞，一旦發生嘔吐，可減少噁氣吸入。每一種不同的復甦姿勢都有它的優點。沒有特定一種姿勢對所有的患者是完美的。這個姿勢必須要是穩定的，接近自然側身的姿勢，頭部需要支撐並且胸部不可有壓迫以免影響呼吸。應注意的是若急救成功後將病人放在復甦姿勢，必須每 2 分鐘檢查一下病人是否還有呼吸及會不會動 (專業人員檢查脈搏)，並且隨時注意是否需要重新 CPR。(楊克棟, ext. 3161)



1. 2. 3. 4 復甦姿勢(Recovery Position)



檢查呼吸道是否暢通



以適當的方法打開呼吸道

## 你今天快樂嗎？快樂的三個層次

### 一則印度的古老故事~

兩個商人在一條鬧街上比鄰開設了類似的商店，他們每天激烈地競爭客源，而兩人唯一的快樂就是從對方手中搶走一個客戶，或是比對方賺進更多的利潤。他們活著的目的是為了看到對方失敗。

有一天，上帝派遣了一位天使，到其中一個商人面前。

「你可以得到想要的一切。」天使對這商人說。

「從現在開始，你的任何願望或渴望都可以實現。」天使又告訴他。

不用說，這個商人非常高興天使是來找他的，而非他的競爭者。

「不過這是有條件的。」天使再向商人說。

「什麼條件？」商人熱切地問道。

「無論你得到什麼，你的對手都會比你多得到一倍。」天使說。

起初，商人一臉沮喪，然後他開始盤算該怎麼辦，在沉思默想幾分鐘後，他告訴天使：「我知道我要什麼了。」

### 【答案請參見文末】

#### 競爭式的快樂

你今天快樂嗎？看完這個故事，如果你是故事中的商人，你回的答案是什麼？常常聽到很多人嘖嘖著生活有多麼的無趣、不快，然而在我們的現實生活中，何嘗也不是像上面故事中的商人一樣，老是想著這一季的業績要贏過辦公室裡的老王，這次的人事升遷一定要走在小陳的前面等等這般的念頭，難道我們的人生一定要有所輸贏，我們才會感到比較快樂嗎？其實，並不是我們天性願意如此，無奈地實在是我們在長遠的成長

過程中，早就被訓練成一部有效率的競爭機器，想想看從家裡手足間的比較，到學校教育與同儕的考試競賽，無一不是在將我們型塑成一個錙銖必較、一個在生活上無時無刻不去和別人競爭的「商人」，最後，讓我們在不知不覺中學會以「競爭」的方式來尋找快樂，而這樣的快樂即是我們在這裡所說的第一層次的快樂？「競爭式的快樂」；處在此種層次狀態下的人們，在日常生活中總是覺得有人對他們不公不義，如果對手沒受到應得的懲罰或報應時，人們將會變得冷酷偏激、懷恨在心，而耽溺於這樣快樂的人很容易招致辛酸苦澀的一生。

#### 條件式的快樂

當人們身強體壯、年輕貌美、財運亨通、小孩乖巧等諸如五子登科這樣好事的時候，想當然爾人們必定是感到相當快樂的，沒錯！這樣的快樂是最為常見的快樂，也就是所謂的「條件式的快樂」，尤其是熱戀中的男女朋友，更是覺得人生真是美妙無比，可以認識自己生命中的王子或公主，這感覺是何~等~幸~運，何~等~快~活~啊！然而，當人們開始病老、色衰、破產、小孩忤逆之時，可能就會感到快快不樂了；像這種依附在外在條件的人、事、或物，所感受到的快樂在本質上其實是很難持久的，因為好花不常開、好景不常在，更何況天下沒有不散的筵席，總會有人去樓空、物換星移的時候；是故外在的條件總會有改變的一天，我們遲早也會發現，並非所有的事情都能一如往昔那般的美好與永恆，不然，看看失戀中的人或回想一下自己過去失戀經驗就知道了。

#### 無條件的快樂

顧名思義，無條件的快樂就是毫無理由的快樂，換句話說就是不需要任何外來的能量或感官刺激，即能感受到快樂，是屬於一種內心喜悅與祥和的至樂之感；處在這種快樂的狀態下，無論不舒適或者愉悅，

我們都可以處之泰然、欣然接受，哪怕是生命劇本中橫逆的劇情安排，我們也總能如佛陀拈花微笑般的，對於旅程上沿途的幸福與困厄，都能滿懷感恩的來對己與待人，如此，便能享受無條件快樂所帶來的全然寧靜、和諧的至樂感。

#### 快樂可以很簡單

身在物慾橫流的世界中，想要讓自己短暫的心平氣和，仔細想想還真是一件不簡單的事情，但話說回來其實也不如想像中的難，就像佛家就曾對此提出了一些法門捷徑，來幫助我們輕易的將我們的身心靈安置在「無條件的快樂」狀態之中，這捷徑相當簡單，只有「放下」二字，我們先來看看下面這個故事。

有位滿腹心思的貴族拿了兩隻花瓶到佛陀前獻佛，佛說：「放下！」。貴族放下左手中的花瓶。佛又說：「放下！」。他放下右手中的花瓶。佛還是對他說：「放下！」。貴族說：「我已經是兩手空空了，沒有什麼可再放下，你還要我放下什麼？」。佛說：「我要你放下的是你的心與念想，當你把这些統統放下，再沒什麼了，你纔能從桎梏中解脫出來。」貴族終於明白了「放下」的道理。

雖然存在主義告訴我們，「人」是被無情的拋擲在這個世界上，但是也告訴我們，人並非完全的無可奈何，因為在我們的生命中，唯一能做的事情，就是「放棄掌控」，就好像故事中的貴族，佛陀一再的要求他放下、放下、再放下，目的就是要人們去克服把重心擺在自身生存上的習性，也就是放下一切你所想要掌控的一切，轉而將焦點由自身身上轉移到他人身上，並且藉由關心他人、寬恕他人、服務他人等利他的行動，以及謙讓的胸懷，來自然地締造個人成長的至高成果？「生而為人即是最快樂的事情」。故事說完了，你現在快樂嗎？（陳俊升，ext. 2675）

【商人回答天使的答案：請弄瞎我的一隻眼睛吧！】