

登山急救藥草簡介

登山是一種最佳的戶外活動之一，然而其危險性也很高。據統計最常發生的意外事件有下列幾種：



馬纓丹——馬鞭草科、馬纓丹屬。
Lantana camara L. var aculeata (L. Moldenke.
 別稱五龍蘭、五色梅、如意草。
 根敷蛇傷、葉搗汁用雙酒沖服。



藿香薷——菊科、藿香薷屬。
Ageratum conyzoides L.
 別稱勝紅薷、毛麝香、鹹蝦花。
 全草敷治毒蛇咬傷。

壹、毒蛇咬傷：

△台灣地區常見的毒蛇可分為三類：

1. 出血毒類：其被咬傷口上有細牙痕上有大牙痕(!!) (在前面)，被咬後半小時有皮下紅點，血液功能呈現衰竭現象。此類蛇毒如：百步蛇 (致死亡率最高)、龜殼花、赤尾青竹絲。
2. 神經毒類：其被咬傷口上有細牙痕旁邊有大牙痕(!!) (在旁邊)，被咬後，1小時半至2小時，因毒液影響神經，故有昏迷現象。此類毒蛇如：飯匙倩、雨傘蛇 (毒性最高)。
3. 混合毒類：其被咬傷口上在細牙痕不前也不旁有大牙痕(!!) (不前也不旁)，此類毒蛇如：鎖鍊蛇。



闊葉樓梯草——蓴麻科、樓梯草屬。
Elatostema edule Rob.
 別稱潤葉赤車使者。根搗爛敷治毒蛇咬傷。

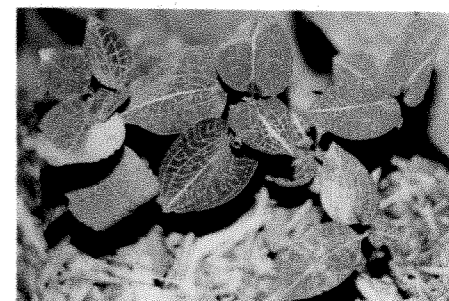


千金藤——防已科、千金藤屬。
Stephania japonica (Thunb) Miers.

別稱金線吊烏龜、犁壁藤、蓮葉葛。
 根、莖治毒蛇咬傷、腹痛。

△毒蛇咬傷的緊急處理：

1. 保持鎮靜，儘可能辨別蛇類。
2. 如四肢被咬傷，應即刻在咬傷部位的近心端處用手巾、布條等紮緊，以阻止血行，防止毒液擴散。
3. 紮緊後，可在傷口處，用經消毒的利器切開，並用指壓或口吸 (口不可有傷)，使毒液隨血流出體外。
4. 局部冷敷。
5. 傷者及受傷部位，儘量減少活動。
6. 即刻安排送醫，各山地衛生所及省、縣立醫院，均備有抗毒血清。
7. 其急救藥草有：馬纓丹、藿香薷、潤葉樓梯草、千金藤、金線連、菊花木 (其枝葉酒水各半煎服治百步蛇傷有殊效) 等。



金線連——蘭科、金線連屬。
Anoectochilus formosanus Hayo.
 全草治蛇傷、清涼退火、涼血固肺。

貳、中暑：

△中暑的原因：

發作較突然，由於大氣中溫度過高且有乾而熱的風，致身體無法控制體溫，汗腺失去排汗功能，以致不能散熱。

△中暑的症狀：

體溫高達攝氏41度或更高、皮膚乾而發紅、脈搏快而強、可能有神志喪失或木僵現象，隨即可能昏迷不醒。

倒地蜈蚣——玄參科、倒地蜈蚣屬。

Torenia concolor Lindley var. *formosana* Yamazaki.

別稱四角銅鐘、釘地蜈蚣、蜈蚣草。全草能消炎、解熱，可治中暑。



△中暑的緊急處理：

1. 將患者送至陰涼通風的地方，解開衣服、束帶、墊高頭部仰臥休息。
2. 以毛巾或海綿浸酒精或溫水，拍按身體，每隔30分鐘，量體溫一次，使體溫降至攝氏38度，脈搏每分鐘100次以下。
3. 如清醒，可供給食鹽水，勿給任何酒精等刺激性飲料。
4. 注意觀察患者，如有異常變化，立刻送醫。
5. 其急救藥草有：釘地蜈蚣。



芒萁——裏白科、芒萁屬。

Dicranopteris linearis (Burm.f.) Under.

別稱芒萁骨、小裏白、三叉齒朶。芒萁的根莖及葉可治凍傷。

參、凍傷：

△凍傷的緊急處理：

1. 用溫暖的手，以穩定的壓力，壓在受傷部位上，切勿用力摩擦。
2. 加蓋衣服，毛毯於凍傷部位。
3. 供熱飲。
4. 將凍傷部位浸於溫水中。
5. 不要用熱水袋，也不要將凍傷部位靠近火爐，過熱會增加損傷。
6. 不要弄破水泡。
7. 如受凍部位已溫暖，須給予保護，並鼓勵患者多運動受凍的手指和足趾。
8. 其急救藥草有：芒萁。

△凍傷的原因：

身體暴露於嚴寒氣溫中過久，引起血液循環不良，耳、鼻、頰、手指及足趾最易發生。

△凍傷的症狀：

1. 受凍部份，發冷、發痛、僵硬、或水泡出現。
2. 失去知覺及活動力。
3. 皮膚發紅，然後變白色或灰黃色，且感覺麻木，甚至壞死。

肆、出血：

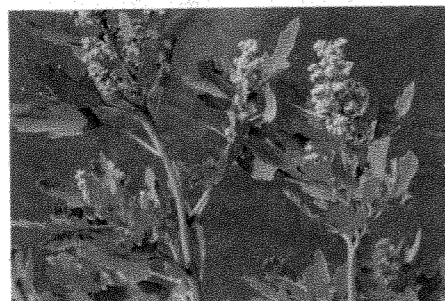
△出血的緊急處理：

1. 步驟：

- (1)立刻止血，預防休克。
- (2)使患者靜臥，將出血部位抬高，露出傷口。
- (3)傷口血液凝塊，不要輕易除去。
- (4)清洗傷口，預防污染。
- (5)患者清醒時，可給熱飲料，以供身體所需的液體。但昏迷不醒、嘔吐、頭部、及胃腸創傷的患者，不可給予任何飲料。



金毛狗脊——蚌殼蕨科、金狗毛蕨屬。
Cibotium cumingii kunze。
別稱金狗毛、金毛獅子、狗仔毛。
毛茸能止血、根莖為強壯劑、利尿劑。



小葉灰藜——藜科、藜屬。
Chenopodium serotinum L.。
別稱小藜、灰莧頭、麻糍草。
帶花果之全草稱血見愁，為止血藥。

2. 止血法：

- (1)直接加壓止血法。
- (2)升高止血法。
- (3)冷敷止血法。
- (4)止血點止血法：用手指或手掌壓住骨面上的血管，可減少流血量；同時在傷口的正上面，仍用直接加壓法並用止血。常用的止血點：腋動脈、股動脈、顱動脈、顏面動脈、鎖骨下動脈等。
- (5)強屈患肢止血法。
- (6)止血帶止血法：當四肢動脈大出血，用其他方法不能止血時，才可用止血帶。因止血帶易造成肢體殘廢，故使用時要特別小心。
- (7)其急救藥草有：金毛狗脊、茯苓菜、小葉灰藜、大小薊。



茯苓菜——菊科、茯苓菜屬。
Dichrocephala integrifolia (L.f.) O. Ktze.。
別稱土茯苓、一粒珠、豬菜草。
全草可排膿止血、清熱解毒。

伍、救荒野菜、野果：

登山還有一種意外事件，那就是山難，而山難面臨第一個問題就是食物，在山中野外那些植物可以吃？那些又不能吃？那些有毒？那些又沒有毒？故此救荒野菜、野果之重要性就顯而易見了。



構樹——桑科、構樹屬。
Broussonetia papyrifera (L.) L. Herit. ex Vent.。
別稱鹿仔樹、楮樹、穀漿樹。
紅熟可愛的聚合果帶有甜味可食。

一般而言，有毒、不能吃的植物有：

夾竹桃科植物、大戟科植物、毛茛科植物等，還是少碰為妙，尤其是對於不知名的菌類更不可輕易去嘗試。而一般較安全可以吃的野生植物有菊科植物、桑科植物、莧科植物、蓼科植物等、下面就舉幾種救荒野菜、野果植物，以供參考：

1. 在野果方面：百香果、刺莓、構樹。
2. 在野菜方面：天門冬、水芹菜、昭和草。



刺莓——薔薇科、懸鉤子屬。
Rubus taiwanianus Matsum.
別稱臺灣懸鉤子、虎梅刺。
果實味似草莓、為救荒野果。

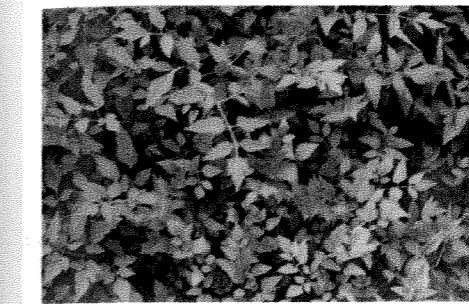


百香果——西番蓮科、西番蓮屬。
Passiflora edulis Sims
別稱西番蓮、西番果、時計果。
果實美味可食，為野外救生野果。

昭和草——菊科、昭和草屬。

Crassocephalum crepidioides (Benth.) S. Moore.

別稱神仙菜，為美味可口救荒野菜。



水芹菜——繖形科、水芹菜屬。

Oenanthe javanica (Blume) DC.

別稱水堇芹、細本山芹菜、苦蕒。

為救荒野、有利腸、益氣之效。



天門冬——百合科、天門冬屬。

Asparagus cochinchinensis (Lour.) Merr.

別稱滿冬、地門冬、筵門冬、管松。

塊根有鎮咳、解熱、利尿、及滋養作用。

執行編輯：黃永興 何萌萌

協助採訪：李宗穎

攝影：簡宏和

美術編輯：洪毓櫻 周美惠