

# 心跳骤停, 如何施“救”?

## 省红十字会及志愿者: 街头教你二三招

汪洁 记者 杨璨/文 黄洋洋/图

今天是世界急救日。昨天一早,合肥市商之都大东门店前广场就聚集了一大批市民,除了摆开的应急救护知识宣传展板外,两具仰躺在地上的橡胶人吸引了大家的注意。来自安徽省红十字会卫校的20名学生志愿者,在这里向市民普及急救知识,发放了急救宣传材料,并现场演示、传授心肺复苏术的操作方法。同时,安徽省红十字会医院的几位专家为市民提供了健康咨询和义诊。

### 心跳骤停发生猝死, 怎么办?

现场医生告诉记者,“如果心跳骤停发生猝死,4分钟之内的紧急救治成功率能达到50%,而超过10分钟,即使医生赶到,也错过了救治的最好时机。”

现场,志愿者们手把手向市民演示了心肺复苏的步骤。“首先要轻拍病人的肩膀,高声呼喊,如果确定他失去了意识,就要迅速开始紧急心肺复苏了。”志愿者一边说着,一边抬起橡胶人的下巴让颈部伸直并模拟用手清除病人口鼻腔的异物,“这叫打开气道,呼吸道畅通之后才能让自主呼吸得到恢复。”

“接下来就是口对口人工呼吸和胸部

按压。要捏紧鼻子,包住嘴唇,保证不漏气,再吹两大口气进去,然后再按压胸部。”救护员双手掌跟重叠,食指相扣,上半身前倾,双臂伸直,用力、有节奏地按压起来,“下压深度4~5厘米,按压频率100次/分钟,再回到人工呼吸阶段,循环往复,直到病人恢复自主呼吸。”

志愿者示范结束后,一边的市民按捺不住也尝试起来。“用心学了之后,发现并不难,很有用。我家有孩子有老人,如果意外情况,懂得急救就不会手足无措。”市民胡女士说,“这次回去之后,我要把学到的方法教给家人。”



市民纷纷了解如何应急救护

### 中暑, 触电, 溺水, 各有对策!

现场的市民纷纷提问。“中暑怎么办?”“触电怎么办?”“溺水怎么处理?”志愿者们也向前来询问的市民一一传授。

中暑:让患者平卧在阴凉处,解除身上所有的衣服;服用少许淡茶水;反应用凉水或温水擦拭患者的身体,加快身体散热。

触电:首先要迅速切断主开关的电源;假如未能切断电源,就站在木箱等干燥的绝缘体上,用木棍或椅子将触电者的身体

拉离电源。  
溺水:首先要把人抬离水面,让他(她)的颈部低于胸部,减少肺部进水的危险;除去身上的衣物,用干燥毛巾覆盖,进行人工呼吸;即使溺水者看上去没事,也要送进医院,以免吸进进水造成肺部伤害。

遇到糖尿病患者昏迷情况,应立即解开病人衣服,让其成侧卧体位,保持呼吸畅通,不要贸然给予救治,应紧急送往医院。

### 3年后我省200人里就有3个救护员

“急救很重要,如果能够抢在医生来之前紧急处理,可以最大限度地挽救生命。”省红十字会的工作人员告诉记者。

安徽省红十字会副会长马元淮表示,很多事故或意外发生时,有80%的“第一目击者”是伤员的家人、同事或朋友。作为“第一目击者”,在意外伤害发生时能及时正确地救助,能够最大限度地挽救生命、减少伤残。

我省现在已有59万人参加了应急救护培训并拿到了急救员证书,预计到2014

年,全省1.5%的人口都能成为急救员,也就是说,每200人中就有3个人能够在危急时刻及时出现,挽救生命。

如果你想学习应急救护知识,可以和省、市红十字会联系。参加初级救护培训后,经考核合格的,发给初级救护合格证。



# 文达教育

## 二〇一一年度优秀教师光荣榜

- 王伍柒、赵翠荣、薛亮亮、何玉芬、李穗、董昀、李琚陈、汪勇、张晨晨、陈子寒、张敏、孙红萍、谢化芬、金锐、陈敏、张梅、丁晨、王静波、李隽、许雕、王红、尹伦斌、彭正、张运动、周本法、查建军、程永政、刘文东、徐宏翠、徐亚军、汪彬彬、谷元金、徐尚文、王坤、程爱红、苏平、王跃辉、文艺、张艳、彭勇、沈叶青、倪炎琰、曹亮、王冰莹、袁平三、陈长芬、郑春、吴振风、杨志平、卞国松、陈铁军、符丽云、何章婧、孙硕、吴晓燕、杨国友、俞能广、张涛、吴凯、朱肖、金传凤、方常超、刘芳、马林、王元喜、吴佳亮、王德、马彩云、张勤、彭晓勇、冯苏南、周青、任荆州、徐秉亮、朱昌满、许帮武、廖源全、杨俐飞、王会、章文虎、李涛、徐军、殷先玉、刘路路、李姝、崔丽娇

# 9.10 感恩 教师

真情同在 感恩有您

## 祝全国广大教育工作者节日快乐!

[Http://www.wendagroup.com.cn](http://www.wendagroup.com.cn)

