

让急救知识走进千家万户

——市中心医院开展现场急救培训侧记

杨 吉 谢 冰

如果你身边突然有人倒地停止了心跳和呼吸该怎么办呢?如果你参加了邵阳市中心医院的急救知识培训活动,那么你学到的这些急救常识,说不定就能救人一命。

4月14日下午4时,邵阳市中心医院的专家团队来到邵阳市武警支队教导大队,举办了他们的第四场“‘救’在身边,急救知识进万家”公益培训活动。培训现场,武警官兵们聚精会神地听讲,并积极参与操作互动。

心脏猝死是全球性的公共卫生事件。随着生活压力的增大和社会节奏的加快,每年猝死人数呈上升和年轻化趋势。统计显示,我国每年约有54.4万人发生心源性猝死,换算下来,每日就高达千人之多,远超第2名美国,高居世界首位。在所有猝死案例中,因为没有得到急救而失去生命的高达70%。

根据2015年美国心脏协会统计,院外心脏搏救治生存率介于3.0%至16.3%之间。而我国大城市的院外心脏搏救治生存率平均水平不到1%,广大中西部和农村地区则更低,这和我公众急救知识普及率很低有很大关系。

●急救知识走进军营

在当天的活动现场,邵阳市中心医院急诊科主任兼邵阳市急诊医学专业委员会主任委员唐会林首先就心肺复

苏的各操作步骤进行详细讲解,“大家都知道,如果生活中遇到呼吸、心跳骤停的病人,及时地对他们实施人工胸外心脏挤压,就能提高让病人转危为安的几率,所以学习心肺复苏的相关知识很重要。”

唐会林主任一边向武警官兵们介绍,一边让工作人员搬来了医用人体的模型,“当我们发现有心搏骤停的患者时,医学上把发生伤病后的头四分钟,称为‘黄金急救四分钟’,也叫‘黄金四分钟’。如果这个时间段内不及时地来对他们进行抢救,患者就会发生不可逆危险或器官损害,接下来我们就先请我们的医护人员给大家模拟示范一下。”

紧接着,两位曾多次参加国家、省、市各类护理竞赛并获奖的急诊科护士长蒋佳喜和科研培训办副主任张凯来到模拟道具前,进行了一番操作——“首先轻拍病患双肩并呼叫病患,仔细观察他是否有反应,然后要清除病患口中异物,接着解开病患的外衣,在保证他呼吸道畅通的情况下,左手在上,与右手手指轻轻交叉,放在病患的胸部中间,腕肘关节要伸直,利用身体重力,垂直向下用力按压,一下、两下、三下……”武警官兵们认真地看着模拟操作,坚毅的脸上时不时露出会心的笑容。

“下面,有没有谁愿意来试一试?”急救演示完毕后,护士长蒋佳喜向



▲市中心医院急诊科蒋佳喜护士长现场向武警官兵演示心肺复苏急救过程。

现场的官兵们发出邀请。

“报告!我要试试!”话音未落,一名武警战士高高把手举起示意,随后,他在工作人员的安排下走到了医用人体的模型前。在医护人员的指导下,这位小战士用刚刚学到的心脏按压方法进行了现场“急救”。

“一、二、三、四……”在医护人员的指导下,他认真练习着心外按压。

“手掌要靠前一点,手臂不能弯,每次间隔只吹气两次……”一旁的唐会林主任,认真地讲解着,不时上前把手纠正小战士的一些不规范动作。

起初,小战士都有些生疏,不过在专家的帮助下,小战士也越来越熟悉。最后,他的动作居然也不输给专业人员。

“以前没有动手试过,看起来挺简单,但是实际操作还需要掌握一些要领。这次学习真是太好了,我们武警战士日常面对的大多是军事任务和突发事件,掌握急救知识,能让我们增强应对突发事件的能力。”事后,这名小战士对记者说。

此外,活动当天,该院骨科医师张苏岭还对骨折、止血急救等技能进行了现场指导。

●勇担公立医院社会责任

据了解,邵阳市中心医院作为国家级湘西南区域医疗中心和全市唯一的三级甲等综合性医院,一直以来致力于急危重症病人的抢救工作,努力提高心脏骤停患者心肺复苏成功率、存活出院率。2016年,该院急危重症医学中心更被评为全国工人先锋号。

今年3月10日,市民郑先生在邵阳市中心医院就诊时突发心脏骤停,医护人员在40多分钟时间内全力以

赴实施抢救,5000多次心外按压成功挽回生命。经过后续多学科联合会诊治疗,一周后康复出院。

事情发生后,广大网友在纷纷为医护人员分秒必争的敬业精神感动的同时,也为该院的急救团队配合有素竖起了大拇指。

据了解,在邵阳市中心医院,要求每个工作人员都要学习掌握心肺复苏等急救技术,还会定期组织各类应急“演练”来积累经验、锻炼队伍。

但毕竟绝大多数意外伤害事故发生在医院之外,现场急救才是急救医疗服务体系最前沿的部分。如何将医院的急救经验和专业知识普及给市民,在各行各业中培训大量的业余急救员,被写进了邵阳市中心医院年度工作计划中。

今年2月,院长张国华亲自策划了急救知识的社会培训项目,由医院应急办牵头,制定了《“救”在身边,急救知识进万家社会公益活动实施方案》,这项方案的主要内容是面向全社会推广“心肺复苏”等急救基本技能,提升市民的急救意识和互救自救能力,真正让学习掌握急救技术成为公众的一种常态化活动,努力把急救技能在群众中普及开展,让更多的患者得到及时的救治,减少伤残率,把健康传递到每一个人的手里。

“公共急救知识和技能的普及,直接关系到群众的生命安全,作为一所公立医院,我们必须主动承担起这份社会责任。”张国华院长在采访中说道。

根据活动内容要求,邵阳市中心医院同时开展了院外和院内两种培训形式,院外是让急救专家走进校园、社区、企事业单位,现场讲授急救知识。院内则是通过大课培训的形式,每次集中免费接收20-30名市民或单位团

体报名,在院内的大会议室或教研中心学习急救知识和技能。

3月14日,市中心医院通过微信公众号发布了此次公益活动的消息和报名电话,消息发出不久,在全市网友的朋友圈中得到迅速转发和好评,各单位和市民纷纷打来电话预约报名。

目前,邵阳市中心医院应急救援培训已逐步走进了社区、走进了企业、走进了学校、走进了军营……

由于日常工作非常繁忙,培训团队的成员常常只能牺牲自己的节假日,利用周末、中午甚至晚上的时间,义务参加培训活动。尽管如此,每次活动招募队员,医院的医务人员都踊跃报名参加,毫无怨言。每次活动前,他们都会认真规划好每项流程,针对不同的培训对象制定培训内容。

●“希望每一个人都能掌握急救技能”

下午6时10分,天色渐晚,但是教与学的热烈气氛却未受丝毫影响,训练场上,武警官兵们积极参与,进行心肺复苏技能操作练习。大家都非常欢迎这样面对面的现场学习机会。

几次演示,护士长蒋佳喜的后背湿了一大片,一旁的唐会林主任虽年近六旬,但一直站着对每项急救要点耐心地给予解释,活动不知不觉中已进行了两个小时,但每位医师和缓的语气,脸上始终如一的笑容,让人丝毫感觉不到他们的疲惫。

“希望通过这次活动,能让广大的群众掌握一定的急救知识和急救技能,在突发事件发生的事后,能够自救、互救,为专业救援争取宝贵的时间。”唐会林主任说。



▲市中心医院骨科医师张苏岭还对骨折、止血急救等技能进行了现场指导,赢得了战士们的阵阵掌声。



▲别看武警战士们平日训练时威武霸气,学起急救来还非常细心,动作到位,方法准确,赢得了在场急救医护人员的称赞。



◀市中心医院急诊科唐主任正在详细地为武警战士讲解急救过程中的各项要领与注意事项。



◀武警战士认真学习急救知识。