纪念第66个“五·八世界红十字日”系列宣传之一

现场应急救护篇

今年的5月8日是第66个“5·8世界红十字日”,为弘扬“人道、博爱、奉献”的红十字精神,推进社会主义精神文明建设,在全县形成奉献爱心、拯救生命的良好风尚,县红十字会联合《今日新昌》推出纪念第66个“5·8世界红十字日”系列知识宣传,敬请关注。

现场应急救护知识

现场应急救护是指在意外或急症发生时,在医护人员或救护车到达之前,第一应急响应人利用自己所掌握的现场应急救护知识和技能,利用现场的人力和物力,在事发现场对伤病员实施初步的援助和救护。

任何意外伤害事故发生时,把危急病人送达医院或医疗急救系统到达现场都有一段漫长的等候期。在此期间,病人一旦出现流血不止、呼吸困难甚至心跳停止等症状,超过医学上称之为“黄金时间”的4-6分钟,便会延误最佳急救时间,造成终身残疾甚至更加严重的后果。据有关资料表明,我国87%的心肌梗塞发生在医院以外,其中25%以上的病人因第一目击者不懂急救措施而死亡。全国交通事故死亡人数每年高达10余万人。专家分析,如果在事故现场,伤者本人或第一目击者懂得现场应急救护知识和技能,通过简单的自救互救,如对猝死者进行现场心肺复苏,对外伤者实施止血、包扎、固定和搬运,那么,50%以上的生命是可以获救的。

红十字会开展的现场应急救护培训就是通过培训现场第一应急响应人,使他们掌握现场心肺复苏、创伤救护知识和技能,在事发现场、在“黄金救命时间”里成为第一施救者,在急救系统到达之前对伤病员进行基础生命支持,为专业的医疗急救争取时间、创造条件,从而达到挽救生命、减轻伤残、利于恢复的目的。在有人身伤害事故的现场,就有经过红十字会培训的红十字救护员开展现场应急救护,这是红十字会经过若干年努力要实现的目标。

长期以来,浙江省各级红十字会面向机关、学校、社区、农村、企事业单位扎实开展现场应急救护培训。目前,新昌县红十字会已经培养了10名救护培训师,包括专业医务人员、教师、社会志愿者、红十字会专职工作人员。

据悉,2013年,我县现场救护培训进学校、进社区、进农村、进机关、进企业“五进”活动计划普及人数近4000人,其中取证人数1000余人。计划到2015年,全县注册红十字救护员占户籍人口比例达1%以上,救护知识普及人数占户籍人口比例达4%以上。

如果你身边有人突然发生意外,心跳骤停,你第一步该怎么做?

心跳停止了怎么办?——心肺复苏术(CPR)

心肺复苏是当呼吸及心跳停止时,合并使用人工呼吸及胸外按压来进行急救的一种技术,其主要目的在于恢复心跳,并且给大脑供氧。

根据《2010年美国心脏协会心肺复苏及心血管急救指南》,现场心肺复苏的步骤由3个核心步骤组成,即胸外按压、打开气道、人工呼吸。单人施救过程大致分为以下几步:

第一步 判断意识(轻拍重喊)。第一施救者俯身靠近伤病员,轻拍其肩部,并分别对其双耳根部大声呼喊“喂!你怎么了,需要帮助吗?”如果伤病员有意识,则保持康复体位,随时观察其病情变化。

第二步 呼救求援(镇静响亮)。若伤病员无意识,要立即高声呼救。有公众响应时,应指定专人拨打“120”急救电话,请求公众帮助自己一起来急救或维持现场秩序。

第三步 调整体位(仰卧位)。对心脏骤停的伤病员不要随意搬动,应该就近就便,并立即将其调整成复苏体位——仰卧位,平放在木板床或坚实平整的地面上,不能在弹簧床、沙发床等软物件上进行胸外按压。在翻动时,要注意保护伤病员的颈部。解开伤病员的衣服,充分暴露胸廓,同时观察伤病员的呼吸。

第四步 胸外心脏按压。胸外心脏按压是利用人工的力量,在胸骨下1/2处实施连续有规则按压,使成人胸骨按下至少5厘米,达到间接压迫心脏的目的,使心脏被动地收缩和舒张,维持血液循环。

(1)按压定位:胸部正中,胸骨下1/2,两乳头连线中间的部位。

(2)按压姿势:施救者跪在伤病员身体右侧,左腿与伤病员右肩齐平。施救者两肩齐平,两臂垂直,双手掌重叠,手指上翘,掌根部紧贴胸骨,巧用肩、背、臂的结合力向下按压。对于儿童(1-8周岁)用单手或双手操作;对于婴儿(1周岁以下)用两指手法操作。

(3)按压深度:成人(含8周岁以上儿童):按压深度至少5厘米。儿童:按压深度大约5厘米。婴儿:按压深度大约4厘米。新生儿:按压深度约为1.5厘米。

(4)按压频率:以每分钟至少100次的频率按压。

(5)胸外按压与人工呼吸比值:成人、儿童、婴儿均为30:2。

第五步 开放气道(仰头举颏法)。施救者跪于伤者身体右侧,左腿与伤病员右肩齐平。施救者左肘关节着地,左手外侧(小鱼际)压在伤病员的前额,右手食指与中指轻抬伤病员的下颌角,使伤病员的下巴、耳垂连线与地面成一直线。气道开放的角度成人一般为90度,儿童为60度,婴儿为30度。

第六步 人工呼吸(口对口、口对鼻、口对口鼻)。将伤病员的气道开放后,若判断没有呼吸,则要立即进行人工呼吸。施救者用左手食、拇指紧捏伤病员的两侧鼻翼,张大自己的嘴包住伤病员的嘴,形成口对口密封状态,将口中的气体徐徐吹入,见伤病员胸廓抬起即可。每次人工呼吸用时1秒。施救者保持正常呼吸,进行第二次吹气。

对于1周岁以下的婴儿,一般采用口对口鼻方法;1至8周岁的儿童一般采用口对口人工呼吸法,也可视情况采用口对口鼻的方法。

每做30次胸外心脏按压后,立即做2次口对口人工呼吸为一周期。5个周期后,检查一次生命体征(脉搏与呼吸),每次检查时间不得超过5秒钟。如此反复,直至伤病员恢复心跳。

注意:只有经过专家指导和亲身实践,才能掌握施救的一系列程序和动作要领。欢迎来县红十字会学习更多现场救护知识。

红十字知识

红十字运动的起源

红十字运动起源于战地救护,它的创始人是瑞士人亨利·杜南先生。

1828年5月8日,亨利·杜南先生诞生在日内瓦一个富庶的商人家庭。

1859年6月25日,亨利·杜南先生出差路过意大利索尔弗利诺小镇,目睹了一场血腥的战争。他组织、参与了战地救护,并于1862年11月撰写了《索尔弗利诺回忆录》,他就战争对人类的危害,提出了两个建议:一、在各国设立全国性的志愿的伤兵救护组织,平时开展救护训练,战时支援军队医疗工作;二、签订一份国际公约,给予军事医务人员和医疗机构及各国志愿者的伤兵救护组织以中立的地位。

亨利·杜南先生的两个建议,吹响了人道主义的号角,得到了日内瓦的4位知名人士的赞赏和支持,他们是日内瓦公共福利会会长莫瓦尼埃、杜福尔将军、阿匹亚医生和莫诺瓦医生。

1863年2月9日,亨利·杜南先生与他们一起在瑞士日内瓦宣告成立“伤兵救护国际委员会”(又称“日内瓦5人委员会”)。红十字运动就此诞生。

1901年,亨利·杜南因其对红十字运动作出的巨大贡献而荣获首次颁发的诺贝尔和平奖。他把奖金与社会给他的资助都无私地捐给了慈善机构。

一百多年来,红十字运动一直沿着亨利·杜南先生在《索尔弗利诺回忆录》中提出的两个建议中“志愿”与“中立”的人道理念不断补充、完善、发展与壮大。

红十字运动的组成

国际红十字运动由三部分组成,即红十字国际委员会、红十字会与红新月会国际联合会、各国红十字会或红新月会。

一、红十字国际委员会(简称国际委员会):1863年2月9日诞生,前身为“伤兵救护委员会”(又称“五人委员会”),1875年更名为“红十字国际委员会”。总部设在瑞士日内瓦。主要职能是在战争与武装冲突中,领导并协调红十字会组织的国际救援工作。

二、红十字会与红新月会国际联合会(简称“国际联合会”):于1919年成立,创始人是美国红十字会的亨利·戴维逊。国际联合会是各国红十字会与红新月会组成的联合组织,原名为“红十字会协会”,1983年改为“红十字会与红新月会协会”,1991年改为“红十字会与红新月会国际联合会”。总部于1935年从法国巴黎迁往瑞士日内瓦。主要职能是在和平时期,动员人道的力量,改善最易受损人群的生活,维护和增进世界和平。

三、国家红十字会或红新月会:各国红十字会是本国政府人道工作的助手,是独立自主的全国性团体,根据各自的章程和本国立法从事符合本运动任务和基本原则的人道工作。截至2007年12月,全世界共有186个国家红十字会。

中国红十字会根据《中华人民共和国红十字会法》赋予的职责,开展救灾、救助、救护,捐献造血干细胞、社区服务,传播国际人道法以及青少年活动,寻人等工作;开展各国红十字会之间的交流和合作;支持国际委员会、国际联合会的工作。

红十字运动标志

为了向红十字运动的发祥地瑞士表示敬意,1864年的日内瓦公约规定:所有国家都使用与瑞士国旗颜色恰好相反的白底红十字标志,作为红十字运动的标志。

红十字标志作用有两个:即保护性和标明性。

保护性作用:表明这是一个受到国际人道法保护的人或物。

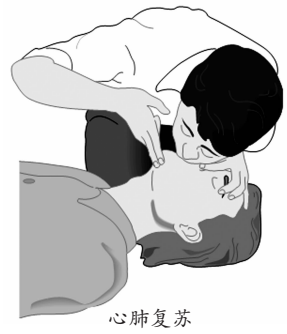
标明性作用:表明这是一个与红十字运动有关的人或物。

“五·八”世界红十字日

1948年,为了对亨利·杜南先生对红十字会运动作出的杰出贡献表示敬意和感谢,红十字协会(即现在的红十字会与红新月会国际联合会)理事会决定把亨利·杜南的生日5月8日定为世界红十字日,要求各国红十字会在这一天举行庆祝纪念活动。

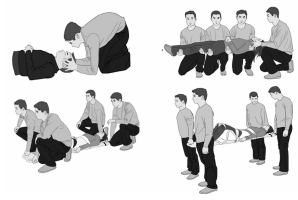
中国各级红十字会每年都会组织各种活动来纪念这一特殊的日子。今年是第66个“5·8世界红十字日”,新昌县红十字会将围绕现场应急救护、造血干细胞捐献、人体器官捐献等职责开展一系列纪念活动。

现场应急救护培训图集


心肺复苏

开放气道

胸外按压


四人搬运

气道异物梗阻

人工呼吸

中 暑

触 电