



医生正在现场示范。

【现场】

## 真人示范急救操作 让居民大呼过瘾

在急救讲座现场最吸引居民眼球的要数现场互动环节,为了让小区居民更直观了解心脏复苏术如何操作,本报蚂蚁义工亲自上阵充当临时病人,由专家进行现场操作,这让小区居民们感到十分新奇,将示范现场围了个水泄不通。

“当病人发病时,我们首先要拨打急救电话,然后将病人放平,将其口中的异物清理干净,然后压住病人额头让其提起下巴,使其打开气道,进行口对口人工呼吸。”看到专家一个步骤一个步骤地进行演练,不少居民生怕自己漏掉了哪个环节,纷纷探出头来,仔细观看。

“人工呼吸要按压多少下?”“按压心脏的力度怎么把握?”“按压频率是多少?”在专家现场示范的过程中,围观的居民不时地提出各种问题,专家也一一做了解答,不少居民生怕自己看不清楚,不时地让专家重新演示。

看到专家熟练地演示完整套措施,本报义工和不少居民也跃跃欲试。在专家演示结束之后,本报义工还和专家互换角色,根据刚才学到的急救知识进行实际操作,没想到看起来十分容易的动作和步骤,实际操作起来却不是那么回事。在专家的手把手教导下,义工才正确完成了这套心脏复苏术。

在居民提问环节,一些居民除了刚才专家讲解的急救知识之外,还提出了其他一些日常家庭遇到的突发状况,并和专家进行了热烈的探讨。

“虽然平时也了解一些急救知识,但却存在很多误区,这次听了专业的讲解,受益良多。”“原来很多急救措施我们普通人也可以做。”通过专家的讲解及现场演示,居民们有了更直观的了解和认识,让居民觉得十分实用。

本报记者 邢孟 梁斌

【延伸】

## 不少人对急救知识 了解真的很匮乏

“多学一点知识,说不定啥时候都能用得上。”这是很多居民乐意参加急救知识培训的初衷。但并不乐观的是,记者从多家医院急救科室了解到,大多数市民遇到意外只会等待120救助,却不能施以合宜的力所能及的急救。

一组数据可以说明居民急救知识的匮乏。据有关调查表明,我国的急救知识普及率极低,接受过心肺复苏培训的市民占5.67%,能够独立实施基础生命支持的市民仅占0.2%。目前在发达国家,如新加坡,应急救护培训率达20%,瑞士甚至达到70%以上。

但事实上,在发病或受伤现场,“第一目击者”是否掌握急救知识和技能是挽救伤者生命的一个极其重要的环节。菏泽市博爱医院主治医师曹元峰举例说,心源性猝死的最佳抢救时间只有5分钟,但患者突发急病后,许多人的反应是拨打120等救护车来抢救。在临床急救中,不少心源性猝死的患者就是在等待中去世的。事实上,现场的人只需徒手对患者进行简单的心脏按压,就有可能挽救病人的生命。

曹元峰为此认为,家庭懂急救非常关键。“但目前,我国掌握家庭急救技能的人很少,这值得引起社会关注。”据他了解,在欧美等国,每个人在上小学和中学时,就会在学校掌握到急救知识和急救技能。曹元峰呼吁,近年来,虽然我国一些学校也开始尝试做这种培训呼吁,国家应重视家庭急救知识培训,以防患于未然。

同样,菏泽市120急救中心调度科工作人员表示,需在全社会大力推广普及急救知识,提高市民的急救意识和自救互救能力,在突发发生急病或意外伤害时能够应用医学常识,采取紧急而正确的急救措施,减轻病痛,为挽救生命赢得时间。

本报记者 邢孟 梁斌

## “家庭急救知识进社区”活动启动

# 蚂蚁义工团进华平小区 教你6分钟救人

本报菏泽3月17日讯(邢孟 梁斌) 大脑缺氧6分钟就会丧失功能,这宝贵的几分钟一般是医护人员无法及时赶到的。遗憾的是,家人、同事作为第一目击者往往只会拨打120急救电话,而不是采取一些必要的急救措施。因此,学急救知识,救人于危难是每个家庭都该掌握的。16日晚,本报蚂蚁义工团“家庭急救知识进社区”活动开到华平小区,以真人示范的培训方法受到居民欢迎。

“真该多学点急救知识,关键时刻能帮助自己,有机会还能帮

助别人。”16日下午,本记者在华平小区贴出海报时,一名大娘围上来感慨说。

据菏泽市120急救中心调度科工作人员介绍,眼下,正是老年人心脑血管疾病发生的高峰期,而很多市民却缺乏应对突发疾病等紧急状况的常识。在一些突发事故现场,围观的人常常不知所措,只能眼巴巴等待救护车到来,还有的会因为不懂得急救采取了错误的施救方法,结果帮了“倒忙”。

把急救培训开到小区,把急

救知识在居民眼皮子下演示。了解到眼下居民亟需家庭急救知识,本报蚂蚁义工团博爱医院的义工们推举了具备培训师资格、曾在汶川地震时赴川施救的主治医师曹元峰带队,携带视频,提前制作的课件等设备参加培训。“雷锋歌手”胡玉得知后,准备了音响设备支持培训。

华平小区是菏泽最早建设的小区之一,有居民2500多人,不少老年居民喜欢吃晚饭就围着广场溜圈。因此,本报选择当晚19时在该小区广场举行培训。

培训内容包括心肺复苏、止血、包扎、骨折固定和搬运等突发情况时院前急救的相关知识和操作方式。培训以播放视频、讲解课件、真人示范的方式进行,其中“真人示范”以其互动的特点吸引了市民积极参与。

活动进行一个多小时后结束。尽管活动宣布结束,可仍有不少居民围着曹元峰医生提问题,其中,78岁的李大爷向蚂蚁义工团成员发出邀请,“你们一定要多来社区,多组织这种活动。”更多的居民则是直呼“学到的真不少”。

## “你们一定要多来社区,多组织这种活动”

### 六旬老人培训会上收获颇丰

在“家庭急救知识进社区”活动的互动环节,一位两鬓斑白的老大爷站在人群最前面,一面认真地听急救专家讲解的各种急救知识,一边不时地提出各种急救问题。

老大爷姓李,今年68岁,是一名退休工人。李大爷说自己本身就有高血压,经常腰酸背痛,虽然“久病

成医”,但对于一些医疗急救知识懂得并不多,这次得知本报组织的公益讲座之后便早早来到广场上等着了。在急救专家现场演示及提问环节,李大爷也抓住机会将自己的疑问一一抛出,在得到满意的答复后才“善罢甘休”。

李大爷告诉记者,经常在社区举行此类的讲座对于居民来说

特别实用。虽然现在的生活水平和医疗条件都提高了,但是人们对于各种突发疾病的应对能力却远远不够。

“前段时间,我的一个老朋友就因为突发脑中风抢救不及时而去世了,如果当时家人能多掌握一些此类的急救知识,说不定能挽回一条生命。”李大爷说,这件

事让他感触颇深,因此得知在自己家门口就能听到专业的讲座很高兴。

“你们要多来社区,多举办此类活动,丰富居民的文化生活。活动内容能涉及一些老年人常见疾病就更好了。”李大爷临走之时不忘说道。

本报记者 邢孟 梁斌

## 热心女士现场报名蚂蚁义工团

“我能报名参加你们的蚂蚁义工团吗?”16日下午,在华平小区本报蚂蚁义工团“急救知识进社区”活动现场,一位中年女士领着宝宝向记者打听道。

报名的女士名叫孔宇雯,家就住在华平小区,当天下午,她领着自己宝宝在小区广场上玩耍时,正好看到蚂蚁义工们在布置会场,便来上前咨询。孔女士今年40岁,因为孩子年龄幼小,目前主要在家照顾孩子,是专职的家庭主妇。因为不用工作,所以平日里空闲时间比较多,自己也很想利用这些时间做一些更有意义的事。

在了解到蚂蚁义工团是齐鲁晚报成立的一个公益组织,号召

“平凡的人在一起做不平凡的事”,根据每个人的专长做自己力所能及的微公益时便有些动心。起初她还担心自己没什么特长,但是在看到本报也有“家庭急救知识进社区”这类便民服务活动时,便决定报名参加。孔女士说,自己虽然不是医疗、法律、教育方面的专家,但自己一向热心肠,乐于助人、喜欢交际,特别擅长陪老年人和小孩子聊天解闷,可以参加一些帮老助困、社区服务等活动。

“我周一到周五都有时间,有活动一定要通知我参加。”现场报完名之后,孔女士还不忘提醒记者。

本报记者 邢孟 梁斌



▲医生正在现场讲解。

本版图片由本报记者邢孟、梁斌及百姓记者董国民 摄