再救落水者时心里有谱了

本报“救”在身边公益活动走进市中区安居二中

本报济宁7月3日讯(记者 李倩) 如何让孩子们安全地度过暑期?3日，由本报《今日运河》编辑部等单位主办的“救”在身边公益行动活动走进市中区安居二中，这是这项公益活动的第4站。针对夏季易发生的溺水、中暑、雷雨、大水、蜂蛰伤等意外，院前急救人员手把手地把这些知识传授给学生们。

3日上午，天气十分闷热，在安居二中教室里，几百名中学生听得津津有味。济宁市第一人民医院院前急救人员李少卿认真地给学生们示范心肺复苏的动作要领。他一连做了5个轮回的心脏胸外按压和人口呼吸，为学生演示急救现场施救全过程。

初步掌握动作要领后，李少卿邀请一名学生上台操作。“你看，你看，模拟人的胸廓鼓起来了。”在演练环节，初中二年级的学生杨志明第一个走上讲台，在急救人员的指导下，他的心脏胸外按压和人工呼吸动作做得十分标准。

有了第一个“吃螃蟹”的男同学，初三的女生谢晓淳也不甘示弱。她大步走上台，根据专家的指导，她轻拍“患者”的双肩，分别对“患者”双侧耳朵呼叫：您怎么了！您怎么了！看“患者”无反应，她立刻触摸颈动脉(喉结旁开2厘米)，查看有无搏动。同时，她的眼睛看胸廓有无起伏，耳朵听有没有呼吸气流，并轻数1001、1002……，她的动作持续约5-10秒钟。

5月至9月是学生意外溺水事故的高发季节，安居二中紧邻大运河，周边有不少河道，暑期有很大的安全风险。在现场，院前急救人员崔保辉重点为学生们讲授意外落水后如何自救，他说，落水后不要心慌意乱，可以采取仰面位，头顶向后，口向上方，这样口鼻可露出水面进行呼吸。呼气宜浅，吸气宜深，这样就能使身体浮于水面，等待他人抢救，千万不可将手上举或挣扎，这样反而易使人下沉。

“每年暑假，最担心的就是学生的安全问题，为此学校也采取多种措施，时刻提醒学生注意安全。通过急救专家进课堂这个形式，更好地提升了孩子的各种应急急救、逃生技能，对中学生来说是一堂非常实用的实践课。”市中区教体局的相关负责人表示。

市中区安居二中校长尹传卫说，专家细致地讲解、手把手地施教，提升了学生们的技能，不仅可以防患于未然，面对突发意外时，也能更好地保护自己、帮助他人。

“救”在身边公益行动由本报联合济宁市卫生急救指挥中心、济宁市第一人民医院联合推出，活动结合季节、疾病特点、突发事件等情况，走进不同的群体，通过急救知识技能培训活动，让更多人掌握自救互救常识，提高公众应急技能。

▲急救人员现场为学生做示范动作。本报记者 张晓科 摄

◀学生们学习外伤出血急救知识。本报记者 张晓科 摄

现场花絮>>

两手拇指按压可以止血

讲完地震、电梯故障逃生后，崔保辉用事例传授意外止血。

在晚上7点多时，城区一所中学的初中生放学后打闹，一名学生突发意外，被刀子刺伤股动脉，也就是一侧大腿根部，顿时鲜血直流。

听到这个事例，不少学生担心地捂住了嘴巴。但所幸120抢救及时，孩子的命才保住。

“因为失血过多，赶到现场时，这名学生浑身湿冷、脸色苍白，旁边的孩子被吓得不知所措。医生赶到现场后，立刻用两手的拇指重叠施以重力压迫止血。赶到医院后，直接推进手术，最终孩子才脱离生命危险。”

通过接诊的病历，崔保辉指导学生掌握相关的急救知识。“动脉的出血是鲜红的，股动脉是在腹股沟中点稍下方，也就是大腿根处，可触摸到一个强大的搏动点(股动脉)。对于大腿、小腿、脚步的动脉出血，可用两手的拇指重叠施以重力压迫止血。”崔保辉说。

肥皂水外敷治蜜蜂蛰伤

暑期贪玩，外出爬山游玩时，要警惕被蜜蜂蛰伤和蛇咬伤。

蜂蛰伤除可引起局部红肿疼痛外，可引起全身过敏反应，如荨麻疹、过敏性休克等。

蜜蜂蛰伤可用弱碱性溶液(如2-3%碳酸氢钠、肥皂水、淡石灰水等)外敷，以中和酸性毒素；黄蜂蛰伤则需要弱酸性溶液(如醋、0.1%稀盐酸等)中和。用小针挑拨或胶布粘贴法取出蜂刺，但不要挤压。

局部症状较重者，可采用火罐拔毒和局部封闭疗法，并予以止痛剂或用抗组织胺药。对于有全身反应者应立即就近就医。

如果遇到蛇咬伤，局部处理的方法是，立即挤压伤口处血液；在伤口上方近心端、伤口肿胀部位上方绷扎，限制被咬肢体的运动。

本报记者 李倩