



世界急救日



携手急救·健康同行

市急救医疗中心

# “以练为战”筑牢生命救援防线

□记者 姜琰 杨扬

为积极响应第二十五个世界急救日“急救与运动”这一主题,市急救医疗中心近日在该中心急救技能体验馆为30名从事体育运动相关的社会公众进行了为期半天的院前急救技能培训。此外,该中心还于日前携手宁靖盐高速公路、交警、交通执法以及消防等部门,共同开展了多车追尾逆向救援应急演练,通过“以练为战”筑牢生命救援防线。

急性扭伤怎么办?运动创伤如何快速止血?怎样正确包扎、固定和科学搬运……在当天的院前急救技能培训现场,围绕世界急救日“急救与运动”的主题,盐城120急救专家们首先通过理论讲解普及了运动损伤的预防和现场急救知识。为了便于大家理解,专家们还通过生动的案例分享和互动问答,切实提高了大家学习的效果。

培训专家详细讲解了心肺复苏和AED的正确使用方法,并通过真实场景模拟,让学员在模拟人身上进行判断意识、启动应急反应系统、胸外按压、人工呼吸及AED使用的全流程练习,有效提升了他们在现场的应急处置能力。

本次培训还涵盖了气道异物梗阻、溺水及中暑等常见生活中意外的急救知识。急救技能培训现场,学员们纷纷表示此次学习跟他们的工作生活息息相关,让他们不仅掌握了实用的急救技能,还增强了安全意识和责任感。

为进一步健全高速公路突发事件应急救援机制,强化联动协作,明确救援职责,规范救援处置流程,提升应急处置能力,切实保障人民群众生命财产安全,在S35阜溧高速往泰州方向K74处,市急救医疗中心近日还参加了救援应急演练。

该演练以S35阜溧高速3车追尾事故为蓝本,采用视频模拟与真实响应相结合的方式展开。该中心主要参与联动、逆向救援、伤员急救等3个科目的演练,现场调派3辆急救车以及10名院前急救人员参演。

为保障演练安全、科学、有效地进



行,演练前该中心多次参与“一路多方”协调会,深入研讨人员分工、车辆点位等细节,明确演练目标及流程,进一步细化和完善“医疗救援”部分的方案及脚本。同时,准备了模拟人、球囊面罩、负压夹板等参演物资,并拟定了心肺复苏、包扎、固定等多个现场急救处置场景。

演练开启后,该中心迅速响应,组织急救人员及车辆依据演练方案及脚本,在高速交警车辆的引导下,从大纵湖收费站逆向赶赴事故现场。120抵达现场后与其他部门紧密协作,迅速对被困受伤人员展开救援。在演练过程中,120参演人员配合无间,处置专

业,有条不紊地完成了检伤分类、医疗救治、转送医院等流程,充分展现出了较高的业务素养和应急能力。

演练结束后,该中心以此次演练为契机,查找问题、补齐短板,正视差距、促进提升,不断增强使命感、责任感,持续完善优化预案,强化人员培训,全面提升应对各类突发事件的医疗应急救援能力,推动院前急救事业高质量发展。

市急救医疗中心将继续举办更多形式的急救知识培训活动,让急救知识走进千家万户,为构建安全、健康的社会环境贡献力量,同时坚持“以练为战”,筑牢生命救援防线。



## 如何拨打急救电话

市民张先生打来电话:生活中充满着意外,当意外出现的时候,该如何正确拨打急救电话?

盐城120急救专家、市急救医疗中心主任胥伟华解答:

**首先要稳定情绪:**尽管人在出现危急情况的时候,都可能出现惊恐和焦躁的情绪。但在决定拨打120之前,需要先稳定下自己的情绪,才能向接线员阐述清楚。

**说清楚具体病情:**包括病人姓名、年龄、性别。如是外伤,可用这个公式:什么时候+什么原因+哪个部位+出现什么情况(如:10分钟前车祸后脑袋流了大量的血)。如非外伤,可用:哪个部位+怎么不舒服+多久了(如:胸口疼了10分钟)。只要周围情况不会继续对病人造成伤害,都不要随意移动病人,以免造成病人的进一步损伤。

**说清楚具体地点:**一般只要说清(×区×路×弄×号×室)就可以。有时急救现场发生在陌生地域,就要告诉接线员,现场附近显著的地标,如:大型的××商场旁、××酒店旁等。这样,也会为施救定位缩小难度。

**保持电话畅通:**拨打完120后,尽量别去拨打其他电话。在急救车出车后,救护人员还会通过电话与求救者联系,以确定病情变化及地址。所以,别让无关电话占用病人的生命线。

**适时询问急救车位置:**只要被接线员接到并确认后的120呼救,急救中心都会派出急救车赶到现场。一般20分钟内赶到,由于在行驶中可能会遇到各种情况,仍有少数急救车不能及时赶到。这时就要求求救者打电话,询问急救车位置,采取相应措施。

**积极配合急救人员:**在“送往哪个医院”和“何时送往医院”上经常出现双方意见不一的情况。有些家属希望将患者送到自费医院或有熟人的医院,但可能路途较远,易延误病情。急救人员到达现场后,通常会针对患者情况进行量血压、测脉搏等一系列检查,但家属由于着急送病人到医院,往往不理解。其实,像心律失常、哮喘等疾病,应等患者病情稍稳定再送医院,否则容易因路途颠簸加重病情。



近日,市医学会运动医学分会年会暨换届会议在盐举行。本次年会由市医学会主办,市三院承办。学术会议由专科分会董红华主委主持,来自全市的运动医学专家、学者及相关从业人员共500余人通过线上线下的方式共同参加了此次学术会议。与会专家围绕运动医学领域的前沿技术、临床应用、科研创新等方面进行了深入交流和探讨。

记者 龚骏 摄