



心肺复苏+海姆立克

成都医生的“急救手法”，每个人都学起来！

前有成都医生上海迪士尼跪地抢救少年，后有成都医生大理上演“黄金四分钟”救援。日常生活中，面对突发的健康危机，这些急救手法，大家都要学起来，关键时刻能救命。

心肺复苏

判断现场的安全性

施救者应在紧急情况下通过眼睛看、鼻子闻等方法快速判断现场环境是否安全，以确保自身处于安全的环境中展开救助。

判断伤者意识、呼吸、脉搏

意识判断：双手轻拍病人双肩大声问：“你怎么了？”看有无反应。

呼吸判断：用眼睛去观察病人胸部起伏6-10秒，看胸部有无起伏。

脉搏判断：用右手中指和食指去找患者的近侧颈动脉搏动处6-10秒，摸不摸得到颈动脉搏动。

呼救：判断无意识、无呼吸、无脉搏后立即呼救，呼喊周围其他人一起帮忙急救，并拨打120。

胸外按压

将病人置于仰卧位平躺，找到两乳头连线中点（胸骨中下1/3处），用左手掌根紧贴病人胸部，两手

重叠，左手五指翘起，双臂伸直，用上身力量用力按压。

按压频率100-120次/分，按压深度成人5-6cm。

按压30次后口对口进行人工呼吸，缓慢吹两口气，在吹气时我们眼睛斜看向伤者的胸廓，以看到胸廓起伏为宜，胸外按压与人工呼吸交替进行，胸外按压：人工呼吸=30:2，操作5个循环。

人工呼吸

在进行人工呼吸时，首先将患者的头部偏向一侧，清除口腔内异物，需要将患者的头部向后仰，然后用嘴对嘴进行吹气。每次吹气需要持续1-2秒钟，然后等待患者呼气。

持续复苏

在进行心肺复苏时，我们需要持续进行人工呼吸和胸外按压，直到专业救护人员到达现场。

海姆立克急救法

方法一：腹部冲击法

从后环抱患者，一手握拳，拳眼顶住腹部肚脐上2横指的位置，另一只手握住此拳，连续快速向内、向上推压冲击，直到异物排出。

方法二：胸部冲击法

对于一些孕妇等特殊人群，可以用胸式冲击法。姿势不变，但是将虎口贴在胸骨下端。

方法三：婴儿救治法

针对1岁以下婴幼儿，要用合适的方式进行急救。可以选择重复拍背与压胸，直到异物排出。

拍背：将宝宝脸朝下，身体倚靠在成人膝盖上，一只手托住宝宝下巴，另一只手掌根用力在宝宝肩胛骨中间拍5次。

压胸：把宝宝翻正，在胸部正中靠下部位，用食指和中指按压5次。

AI
读报

社区主播为您播新闻

