



# 铸造生命的“诺亚方舟”

## ——湘潭市第一人民医院大力普及“救命术”

本报通讯员 段斌

在医学领域里，有一种“救命”技术叫作“心肺复苏”，指的是对心跳、呼吸突然停止的病人，立即进行“胸外按压和人工呼吸”、使病人苏醒的一种急救方法。实践证明，在4分钟内进行“心肺复苏”者，有一半病人能被救活；4-6分钟实施“心肺复苏”者，仅10%的病人可被救活；超过6分钟进行救治者，救活率仅为4%；而超过10分钟开始“心肺复苏”者，几乎无救活的可能。故在意外发生的最初10分钟，决定着病人的生死，故有“白金十分钟”之说。

统计表明，在我国，每年约有54万人因各种原因导致心跳、呼吸突然停止，他们均需在10分钟内进行“心肺复苏”急救，可专业的医护人员往往很难在10分钟内赶到意外现场，只有人人掌握“心肺复苏”技术、全民响应“第一目击者”行动，才可能为意外生命提供一份保障。湘潭市第一人民医院院长刘群友认为：一名合格的医生不但要最大限度地提高对病人的救治效果，更要尽力提高百姓的健康素养，要视给百姓进行健康教育、普及急救技能为己任。作为一名在急救岗位奋斗了10余年的院长，刘群友深知普及“救命术”的重要性，他要求全院职工必须掌握“心肺复苏”术，并为大众普及急救技能。

### 多途径合力 只为普及“救命术”

7年前，“心肺复苏”这门“救命术”在发达国家，已被75%的大众所掌握，而在中国掌握人数不超过1%，这无疑给中国的急诊专家带来压力与思考，怎么办呢？如何在百姓中掀起一股学习“救命术”热潮呢？

以湘潭市急诊医学会主任委员胡艳娟为领头，带领湘潭急诊人投入到国家和省级普及急救知识和技能的行动中，请缨参加“急救白金十分钟——全国自救互救日”联盟活动，与31个省、230多个城市里400多家单位结盟，在每年的10月10日10时10分与全国同步开展公益活动，向大众宣传与普及“白金十分钟”急救知识和技能，力求把意外伤害的病死率和致残率降至最低。以湘潭市第一人民医院为首，在湘潭市开展“急救白金十分钟——全国自救互救日”联盟活动7次，均获社会各界好评，新华网、新湖南、华声在线、红网、湖南卫视和《大众卫生报》等媒体多次报道。

2016年，时任湖南省人民医院院长祝益民教授倡导并建立“现场救护—第一目击者行动联盟”，湘潭市第一人民医院率先响应，派出多名志愿者到省城参加学习，并于2018年10月邀请公安、消防、高校学生等十几家单位的1200人，在湘潭市东方红广场同跳“救在身边 千人急救操”，并通过媒体报道把急救技能的种子播散到城乡，广泛推广现场救护第一目击者行动。

2020年7月30日，湖南省第十三届人大常委会第十九次会议通过《湖南省现场救护条例》，并于2020年11月1日起正式施行，解决市民在现场救护中“不会救、不便救、不敢救”等问题。湘潭市当月在东方红广场举行了“现场救护第一目击者在行动”公益宣传活动，湘潭市第一人民医院医护率先领衔现场活动，紧紧围绕第一时间、第一现场、第一目击者“三个一”核心，在现场演示“心肺复苏术”“海姆立克法”等急救方法，吸引过往市民驻足观看，并俯身学习救护技巧。获得莅临现场指导的著名急救专家、湖南省卫生健康委副主任、“现场救护第一目击者行动”发起者祝益民教授的充分肯定和高度赞扬。

在湘潭市科协举办的各项活动中，该院也是积极参与。急诊科主任胡艳娟担任“百万市民学科学”主讲老师，7年里利用周末或假日48次来到现场传授急救技能；并和急诊科专家李意良、耿祺、张旭等自编并自费印刷“心肺复苏”宣传资料15万份、《急诊急救手册》50000册，作为自学教材，免费发放给市民阅读。2016年与湘潭市科学技

术协会联合汇编“急救知识手册”等科普丛书，自费印刷6000册，免费送给市民学习；同时自编自导6部急救科普视频，以小品、舞蹈剧等生动有趣

形式，向市民传播急救技能；他们还将电视媒体播放的录像带拷贝回来，送给培训对象，让他们练习“心肺复苏”技术，达到“精准健康教育”的效果。

### 七年如一日普及“救命术”

自2013年以来，湘潭市第一人民医院急诊科医护人员，在科主任胡艳娟的带领下，把为社会做公益列入要事日程，全员把提高市民“心肺复苏”技能当己任，成立“满天星急救知识普及”志愿队，将“心肺复苏”这门“救命术”列为首要任务，他们无论是工作之余，还是节假日、或是出晚夜班休，只要收到通知，带上培训模型和器材就出发，深入到湘潭市、湘乡市、韶山市、湘潭县的社区、街道、乡镇、厂矿、大中小学、幼儿园、政府机关、基层医疗单位，进行“心肺复苏”技能和急救知识普及，足迹踏遍“三市一县”的大街小巷。

急诊医护人员有了干劲，可接受培训的对象难找。除了有少量计划性安排外，大多数的培训对象要等邀请，或是其他单位有集体活动，他们申请“借场”培训，到现场示教的医护通常是临场受命，就像战士打仗一样，“命令”一到就出发，有时是刚出晚夜班准备去补觉的，有时是刚上完白班准备去接孩子放学的，有时是准备为老人做饭的，遇上这种情况，他们只能打个电话请亲戚和邻居帮忙了；为了赶时间，他们常常是“空腹”参加活动，因属“借场”，多是“插空”，或者安排在“尾场”，有时要在现场等上两个小时；无论是炎热的夏天，还是寒冷的冬天，

他们风雨无阻，穿梭在城市的大街小巷，奔跑在乡间小道；对每次上百斤重的培训器材，无论男女都是自己“扛、背、抬”，女孩也毫无娇气，心中只有把“心肺复苏”这门“救命术”传授给湘潭的每一位市民的念头；在培训中，他们宁肯增加自己的辛苦，也要坚持“一对一、手把手”地培训，使效果达到理想状态；同时辅以现场提问、难点解答、互动交流、操作比赛等，巩固所学“急救”技能。

据统计，湘潭市第一人民医院急诊科7年共开展“心肺复苏”技能培训208场次，受训人次达7万余，通过理论考试、随机抽查、有奖问答、问卷调查等方式进行评估，确认较好掌握技能人数达到3.5万人，占参训人员的50%；通过电视、报纸、网络等再次传播宣传，知晓和基本了解约有35万人，“心肺复苏”这门“救命”技术，可谓已深入人心；专项活动《“急救白金10分钟”知识普及对提高湘潭社区居民自救互救能力的研究》被湘潭市科技局立为科普项目，2020年6月23日《健康报》以《湘潭一院为20万人普及心肺复苏技术》为题，对湘潭市第一人民医院急诊科医护热心公益事业进行了专题报道；“满天星急救知识志愿普及项目”于2020年荣获湖南省相关行业高度好评。

### 市民“救命”技能良好 培训初见成效

2年前，家住湘潭市下摄司74岁的郭女士在家中突发心搏骤停，郭女士52岁的儿子见状后，立即采用学到的“心肺复苏”技术对她进行急救，并同时拨打“120”求救。湘潭市第一人民医院接到病人后，在救护车內继续进行抢救并将其尽快送到急诊抢救室，经过接力抢救，患者当晚就心肺脑成功复苏，后来完全康复出院。医生告诉郭女士，幸好她儿子及时行“心肺复苏”救治，为医护后续抢救赢得了时间，否则可能就难救了。她儿子说，当时见娘

老子已经不出气了，心里一急，就运用在步行街培训时练过的“胸外按压”技术救治，直到救护车赶过来。

急诊科医护人员调查发现，这种由非专业人员对院外心脏骤停者实施“心肺复苏”救治成功的例子，年均已逾10例，大众救治成功率明显逐年上升，市民也有了应用急救知识后带来的成就感，让急诊医护有了信心，感觉到了普及“心肺复苏”等急救技能的必要性，深知肩上的责任重大与艰巨。

### “救命术”普及任重而道远

2016年5月，吉利汽车湘潭公司的安监部门负责人找到胡艳娟说，公司所处位置为偏僻的郊区，几万个一线生产工人的安全，存在一定的风险，一旦有意外事故发生，驻地社区医疗条件难以保障需求，到市区医院又存在路途远、时间长，要在10分钟内送到医院是不可能的，故想请医院派专家帮他们培训一批懂“心肺复苏”等急救技术的“老师”，然后要求这批“老师”把技术传授给吉利汽车的每个员工，实现“急救”技术的全员掌握，确保意外事故发生时，公司员工能够自救互救。此后每年湘潭市第一人民医院急诊科的医护人员都会去吉利汽车公司进行急救技能的培训。

湖南工程学院将“心肺复苏”等急救技能的学习列为在校大学生选修课程，作为毕业生学习成绩记入档案。该院2020级学生李冬梅感慨地说：“学好‘心肺复苏’技术，在关键时刻可救他人生命，这是一名合格大学生应该掌握的一门技术，学好这门技术还可终身受益。”

湘潭市像吉利汽车、湖南工程学院这样的工厂和大学还有很多，有开展这样“有价值”的急救培训的强烈要求；湘潭市拥有300多万人口，人人都需要学会“心肺复苏”操作技能，这也是“健康中国”的要求、“科学素养”的核心内容，还需要全体医护人员长期共同努力，任重而道远。

面对7年来取得的成绩，该院急诊科主任胡艳娟深知急诊人责任重大，培训还在路上。她从长期的急诊工作中深切地感受到“急诊科医生培训一批能救人命的人，远比救一个病人的命更有价值”，也深知一名急诊人的责任重大，急诊人既是危重病人的抢救者，又是急救技能的普及和培训者，也有了更好实现个人社会价值的平台，决心为急救事业的发展努力和奉献，坚持为大众普及“心肺复苏”等技能出力。

作为湖南省第十三届人大代表，胡艳娟在自身努力的同时，不忘向社会呼吁，在2018年、2019年、2020年湖南省人民代表大会上，分别提出：“提高百姓自救互救能力”、“完善县市级医院急诊急救体系，以减少危急重症患者伤残”、“推进《湖南省现场救护条例》落实”3项建议，均得到各级卫生行政部门的高度重视。在建设健康湖南的战略中，湘潭的急诊人将更加努力，主动作为。