

不会急救技能,想救人都难

百余市民大讲堂里学急救技能

本报8月5日讯(记者 周广聪)当危重急症、事故或意外伤害突然降临,在生死攸关的危急关头,没有急救医生、急救设备、急救药品,谁来拯救患者?在8月1日举行的市民大讲堂上,中国红十字会急救培训讲师郑姗姗一场精彩的讲座告诉听众:学会急救技能,每个人都可以救人。

传统的救护观念认为,当遇到意外伤害或危重病人往往只能做些简单的照顾护理,然后尽快地寻找交通工具将病人送到医院急诊室,由医生给予诊断、处理。然而,在意外现场,面对生命奄奄一息的呼吸心跳骤停者,不少人常常是一筹莫展,导致丧失挽救生命的良机。

“国际急救委员会认为,80%的死亡、伤残是因为缺乏正确、有效的院前急救。当意外伤害发生后,尤其是发生呼吸、心搏骤停的伤病员,抢救的‘黄金时间’仅4-6分钟。所以,第一时间在现场抢救的不是120的医护人员而是伤病员自己或周围的目击者。”在当天的讲座中,郑姗姗用

这样一段话开场。

郑姗姗认为,公众应该转变观念,在事发现场,对伤病员实施及时、有效的初步救护,使患者在救命的黄金时间内得到有效的救治。

但如何进行施救?在随后的讲座中,郑姗姗结合理论、实践、实例,现场向听众传授了烧烫伤的现场处理、冠心病的处理原则和方法、脑卒中的处理原则和方法、现场心肺复苏术、气道异物梗阻的处理方法等。

在讲座过程中,郑姗姗声情并茂的讲述吸引了现场百余名观众的注意力,不少观众用手机全程记录下讲座的内容。“对于普通市民来说,这些急救知识、技能通俗易懂,掌握之后对于日常突发意外自救、互救将起到积极的作用。”不少观众现场表示,当天的讲座内容非常实用。

作为一所没有围墙的社会大学,一道市民共享的文化大餐,本期市民大讲堂由市委宣传部、市社科联、临沂大学、鲁南商报、市图书馆主办,临沂市红十字会、沂蒙文化学会协办。



讲座现场座无虚席。

●讲座现场

1 市民争相练习心肺复苏

在讲座结束后,不少市民上台向郑姗姗请教心肺复苏的操作方法。据郑姗姗介绍,实施心肺复苏操作前,要先检查患者是否有呼吸,心脏是否有跳动,并向周围的人互救。操作时,将病人平卧于硬板床或身体底下垫硬质物体,先检查昏迷者口中是否有异物,如果有要清理干净,防止阻塞气道。

按压时,双臂应绷直,双肩在患者胸骨上方正中,利用上半身重量去按压,按压点为胸部两乳头连线与胸骨的交点。掌根部按压患者胸部,手指翘起,以免压伤患者肋骨。按压频

率约为每分钟100次,对成人患者的按压深度为5cm。

郑姗姗说,按压30次、人工呼吸2次为一组,连续做5组后观察病人的反应。如果患者面色转红,可摸到脉搏,有自主呼吸,表明救治成功。如果没有好转,应继续做心肺复苏,直到120急救医生到来。

在练习心肺复苏操作时,市民陈一伟发现操作方法和原来自己认为的并不一样,“心肺复苏不仅是个‘技术活’还是个‘体力活’,如果不在模型人上动手练练,还真不知道心肺复苏操作有这么多要注意的地方。”



讲座结束后,市民争相练习心肺复苏急救技能。本报记者 周广聪 摄



●相关链接

掌上学堂可随时学习急救

当天的讲座中,中国红十字会急救培训讲师郑姗姗除了向听众传授烧烫伤的现场处理、现场心肺复苏术、气道异物梗阻的处理方法等五种急救技能外,还在讲座结束时向听众们推荐了掌上急救学堂,方便广大市民随时随地学习急救技能。

郑姗姗推荐的掌上急救学堂其实是中国红十字总会开发的“红十字急救掌上学堂”手机急救软件,其内容涵盖了过敏反应、哮喘发作、出血、骨折、烧烫伤、气道梗阻、糖尿病急症、悲痛、颅脑外伤、心脏病发作、中暑、低体温症、脑膜炎、中毒、癫痫发作、休克、蛰伤和咬伤、拉伤和扭伤、中风、无意识有自主呼吸、无意识

无自主呼吸等21种常见伤病的紧急处置方法,具有学习、预防、应急、测试、信息五项主要功能。

据了解,这款软件完全免费下载,离线使用,不占用手机流量,也不含任何形式的商业广告,软件还内置了真人视频和图解动画,便于学习和记忆。

目前,该软件已推出安卓版本和苹果版本,市民只要打开中国红十字会官网首页,点击右上方的“红十字急救掌上学堂”,就可将软件下载安装到手机上。另外,通过电脑打开网页,直接扫描二维码也能安装,软件安装成功即可顺利查询各种急救方法。

本报记者 周广聪

2 87岁老人为老伴学急救

在当天的讲座现场一位满头银发的老人吸引了不少观众的注意,这位87岁高龄的老人名叫史源庆,她是鲁南商报的忠实读者,“从报纸上看到这个讲座,我觉得很好,就按照报纸刊登的时间、地点来听一听。”当天,史源庆骑着自行车来到市图书馆。

为啥要来学急救,原来史源庆是为了自己的老伴:“我老伴有冠心病,听一听、学一学急救技能,说不定有一天,自己就能用上,你们

别看我年龄大,我对这些非常感兴趣,我和你们年轻人一样,都爱学习。”

在讲座过程中,史源庆老人记下了每一项技能的操作规范,在讲座结束后,还走上台现场练习心肺复苏的操作。老人乐观、好学的态度,让在场的观众十分钦佩,不少观众纷纷跑过来和老人合影,“这么大年龄的老人都来学急救,我们年轻人说什么也不能输给史奶奶。”市民张庆莲说。

拉长县域经济的“短板”

——二论深入贯彻市委十二届九次全体(扩大)会议精神

“郡县治,天下安”。作为承上启下的关键一环,县域经济是发展经济、保障民生、维护稳定、促进国家长治久安的重要基础。而县域经济不发达,是我市的基本市情,也是全面建成小康社会的最大“短板”。县域强,则全市强,县域经济的发展,决定着临沂经济的整体实力和发展水平。

市委书记林峰海在全市科学发展现场观摩会点评时强调,县域经济是区域发展的关键,是推动临沂经济转型升级、迈向发达的支撑。应该说,这些年来,我市县域经济取得了长足发展,各县区县域经济发展各具特色、亮点纷呈。但与先进地区比,差距仍然较大:结构层次不高、产业链条不长、新兴产业偏小、创新

能力不强、技术升级较慢,尤其缺少有影响的领军企业和知名品牌,制约发展的体制机制矛盾仍然较多……加快县域经济发展刻不容缓,势在必行。各级各部门要把加快县域经济发展提到战略的高度来抓,使县域经济由“短板”变“支撑”,成为拉动全市经济发展的强大引擎。

拉长县域经济的“短板”,要做做强特色产业夯实发展基础。县域经济强不强,关键看县域特色经济强不强。特色经济不是县域经济的本质,却是县域经济最直接的体现形态。要注重研究比较优势,突出重点产业,确立差异化发展战略,跳出“全面发展”的圈子,树立“不求其大,但求其特”、“不求其全,但求其佳”的特色经济理念,走符合本

地实际的特色经济发展之路。要从本地资源禀赋和现实条件出发,因势利导,错位发展,宜农则农、宜工则工,宜商则商,宜旅则旅,在“特”字上做好产业文章,在“大”字上做强产业规模,推动优势产业集群发展,不断提高产业发展层次和水平,将潜在优势、资源优势转化为现实生产力。

拉长县域经济的“短板”,要促进城乡统筹提升发展水平。产业是“实”,城镇是“形”。推动县域经济发展升级,必须“实”、“形”结合,一手抓产业发展,一手抓城镇建设,积极引导人口集聚和资源要素配置,促进人口向城镇集中、居住向社区集中、产业向园区集中,促进城乡一体化发展,提升县域经济发展水平。要优先发展县域经济,提

升优化县城建设和管理水平,高度聚集人力、生产、技术等要素,使之成为县域经济的重要“发展极”。要重点发展镇域经济,坚持“以产兴镇、以镇促产”,以产业为支撑,以城镇为依托,坚定不移地抓好“三引一促”工作,加快发展现代农业,推动工业转型升级,发展壮大现代服务业,积极围绕财源建设谋划项目,建设项目、推进项目,加快培育新的增长点,不断提升县域经济发展新动力。

拉长县域经济的“短板”,要深化改革开放激发发展活力。要切实找准制约县域经济发展的着力点和突破口,牢牢抓住政府简政放权这个“牛鼻子”,用政府权力的“减法”,换取市场活力的“乘法”,使市场在资源配置中起决定性作用。要

突出问题导向,进一步深化推进行政审批制度改革、市县机构改革、农村改革、企业改革、财税金融改革等,优化流程,降低成本,加快构建“四张清单、一个平台”为主要构架的行政权力运行体系。要积极顺应“互联网+”这一发展趋势,加快促进传统产业转型升级和提质增效,融合发展新业态,培育新的经济增长点,促进形成县域经济发展的新动能。要大力实施创新驱动发展战略,进一步创新体制机制,大力推进大众创业、万众创新,培育更多县域市场主体。要充分利用两个市场、两种资源,加大招商引资力度,大力发展外向型经济,深化对外经济合作,扩大利用外资规模,提升出口产品的质量档次,不断拓宽国际市场。

