



古城义诊活动现场。

濉溪县人民医院心肺复苏周活动如火如荼 急救知识“救”在身边 点亮生命希望之光

■ 通讯员 高雪茹 吴连岭 毛雪
摄影 通讯员 高雪茹 付军强

每年6月1日至6月7日是“心肺复苏周”，今年以“关爱生命，救在身边”为主题。在这一周里，濉溪县人民医院积极响应，开展了一系列丰富多彩、意义深远的活动，旨在提升公众对心肺复苏等急救技能的认识，鼓励社会各界共同努力，让更多人掌握关键时刻能救命的技能，为生命健康筑牢防线。

院内讲座：强化医护急救能力

6月3日，濉溪县人民医院面向全院医护人员开展了最新心肺复苏术知识培训。此次培训由急诊医学科护士长毛雪担任主讲人，围绕急救核心知识展开系统培训，为医护人员带来了一场知识盛宴。

培训伊始，毛雪从急救基本概念切入，着重强调了心脏骤停后黄金4分钟的重要性。她指出，这短短的4分钟是抢救的关键窗口期，每延迟1分钟，患者生存率就会下降7%至10%。结合《中国心脏骤停与心肺复苏报告：2022年版》的数据，她进一步揭示了我国院外心脏骤停的严峻现状：发病率为97.1/10万，存活出院率仅1.2%，神经功能预后良好率不足1%。这一现状无疑凸显了公众急救技能普及的紧迫性，也让在场的医护人员深刻认识到自己肩负的责任重大。

针对心脏骤停的病理特征，毛雪详细解析识别与应对流程，明确患者出现意识丧失等症状时需启动“生存链”六环节。她还指出旁观者 CPR 实施率低、院前急救响应时间长是制约我国救治成功率的核心因素，呼吁医护人员加强公众急救技能培训。

在实操环节，毛雪通过模拟人演示了高质量 CPR + AED 操作流程。她一边操作，一边详细讲解每个步骤的要点和注意事项，如按压深度需达5至6厘米，频率保持100至120次/分钟，确保胸廓充分回弹；人工呼吸与按压比例为30:2，避免过度通气等。医护人员纷纷围拢过来，认真观看演示，不时提出问题，毛雪都耐心地一一解答。通过这次实操培训，医护人员们的急救救治能力得到了进一步强化，为更好地救治患者奠定了坚实的基础。

走进乡村：普及急救知识，守护村民健康

6月7日上午，濉溪县人民医院心血管内科主任吴连岭、急诊医学科护士长毛雪来到濉溪县韩村镇大殷村，向村民进行心肺复苏知识普及和心肺复苏技能培训，最后还进行义诊活动，深受村民的赞誉，取得了良好的效果。

吴连岭向参与活动的群众介绍了心血管疾病的相关知识。他指出，心血管疾病是生活习惯，养成良好的生活习惯是减少心血管疾病最为重要的预防手段。他呼吁村民们要远离烟酒、拒绝肥胖、养成好动的生活方式，保持心态平和、防治高血压、高血脂、高血糖，常咨询专业医生，出现异常情况及时就医。同时，他还强调了掌握心肺复苏技能的重要性，关键时刻能挽救生命。

毛雪通过生动的案例和通俗易懂的语言，向村民们讲解了心肺复苏的原理、操作要点以及其重要性。为了让村民们更好地掌握心肺复苏技能，她还现场进行了演示，并邀请村民上台体验。在她的耐心指导下，村民们纷纷动手操作，逐渐掌握了心肺复苏的基本技能。一位参与体验的村民激



指导群众进行标准的心肺复苏操作。

动地说：“以前只在电视上看过心肺复苏，今天自己亲自操作，才发现有很多细节需要注意，这样的活动太有意义了，以后遇到紧急情况，我也能帮上忙了。”

义诊活动现场，医护人员们为村民们免费测量血压，耐心解答他们在心血管健康方面的疑问。对于有心血管、高血压等相关疾病的村民，专家还建议他们携带检查资料到现场，以便进行更精准的诊断和建议。

走进古城：营造健康氛围，提升应急能力

6月7日晚，濉溪县人民医院在濉溪县老城水街举办了心肺复苏普及与心血

管疾病防治咨询义诊活动，吸引了众多居民和游客积极参与。

活动现场，心内科专家带来了一场深入浅出的心肺复苏科普讲座。专家详细讲解了心肺复苏的原理、操作要点以及其重要性，让在场市民对这一急救技能有了更清晰的认识。不少市民认真聆听，不时做着笔记，为后续的实践操作做好知识储备。

讲座结束后，现场专业医护人员进行了心肺复苏现场演示。他们一边操作，一边详细讲解每个步骤的注意事项，随后邀请市民体验，手把手指导大家掌握这一关键救命技能。市民们积极参与，纷纷上

台尝试，在医护人员的指导下，逐渐掌握了心肺复苏的正确方法。一位参与体验的市民表示：“以前觉得心肺复苏离自己很遥远，今天参加了这个活动，才发现掌握这项技能非常重要，以后遇到紧急情况，我也能勇敢地伸出援手了。”

除了心肺复苏技能培训，活动还为市民提供了多项贴心服务。现场免费为市民测量血压，心血管内科及急诊医学科专家团队耐心解答市民在心血管健康方面的疑问，对于有心血管、高血压等相关疾病的市民，专家还建议他们携带检查资料到现场，以便进行更精准的诊断和建议。此外，活动还免费发放心肺复苏及心血管疾病防治的科普宣传传单和急救包，让市民可以将急救知识和实用物品带回家。

活动意义：守护生命，传递健康

濉溪县人民医院在心肺复苏周期间开展的一系列公益活动，具有深远的意义。对于医护人员来说，通过院内讲座，进一步强化了他们的急救救治能力，提高了他们的专业素养，使他们能够更好地为患者服务。对于公众来说，这些活动提高了他们对心脏骤停的识别及掌握心肺复苏技能的能力，增强了他们的应急救护能力，让他们在面临紧急情况时能够更加从容自信地应对。

同时，这些活动也倡导了健康生活方式，营造了健康社区氛围。通过向公众普及心血管疾病防治知识，引导他们养成良好的生活习惯，预防心血管疾病的发生。此外，活动还免费发放科普宣传传单和急救包，让更多的人了解急救知识，掌握急救技能，为生命健康保驾护航。

每个人都是身体的第一责任人，濉溪县人民医院以实际行动为市民的健康保驾护航，让健康理念深入人心。在未来的工作中，濉溪县人民医院将继续开展类似的健康宣教活动，不断提高公众的健康意识和应急救护能力，为守护群众的生命健康贡献更多的力量。相信在全社会的共同努力下，濉溪县人民医院一定能够筑牢生命防线，让更多的人关键时刻得到及时的救治，让生命之花绽放得更加绚烂。



为群众发放科普宣传传单。



面向群众开展心肺复苏科普讲座。



为群众听诊及测量血压。



向群众普及心血管防治知识。



向医护人员开展最新心肺复苏术知识培训。



为村民普及心肺复苏知识并提供义诊服务。