

早报小记者走进洛江区红十字博爱驿站

# 掌握急救技能 守护生命时刻

近日,洛江区第三实验小学、河市中心小学、马甲第二中心小学的60名小记者先后走进洛江区红十字博爱驿站。区红十字会应急救护师黄杨琴、魏紫君、王志福为小记者们讲解并示范了心脏骤停、气道异物梗阻、鼻出血、烧烫伤等情况下的正常处理方法,还特别提醒小记者们暑期防溺水注意事项。小记者们身处模拟急救场景中,亲自操作与实践,收获了不少守护生命的宝贵知识,还提高了急救技能和安全意识。

■融媒体记者 林婷婷 通讯员 车汝汝 文/图



王老师进行心肺复苏实操



魏老师向大家介绍外伤包扎的方法

## ★学习使用AED

□小记者 林乐航  
(洛江区马甲第二中心小学二年级)

如果遇到心脏骤停的情况,我们应该立即采用胸外按压的方式对患者进行急救。确认现场环境安全后,我们需要呼喊并拍打患者肩部,确定其有无意识。当确认患者无呼吸无意识后,我们将右手叠放在左手上,十指交叉,手臂伸直垂直按压于患者胸前,在两乳头的中点处按压30下。每按压30次,就要进行两次的人工呼吸,如此循环往复,直至患者苏醒或者救护人员到来。

现场我还学习了AED除颤仪的使用方法,这种“傻瓜式”的救命神器能够在危急关头救人一命,我们人人都应该学会使用它!

(指导老师:林青霞)

## ★懂急救会急救

□小记者 王诗瑶  
(洛江区第三实验小学三年级)

如果遇到成人发生气道异物梗阻时该怎么办呢?魏老师向我们支招,首先要站在患者身后,前腿放在患者两腿之间,环抱患者腹部,找到患者肚脐上方两厘米的位置,一手握拳另一手握握拳的手,快速向内向上冲击,直至异物排出。

活动中,我还学习了烧烫伤的处理办法,烧伤、烫伤分为一级创伤和二级创伤,不同程度的烧烫伤处理方式不同,一级烫伤要用流动的水冲20分钟至30分钟。二级烫伤就不要冲水,因为水流可能会把水泡冲破,加重病情,而且不要涂抹任何药膏,应该立即到医院就医。

这次的急救课堂,让我掌握了帮助他人的方法,也意识到了生命的珍

贵,回去后我会将这些实用的急救知识分享给身边的家人朋友,让大家都能懂急救、会急救。

## ★“救命神器”AED

□小记者 杜欣妍  
(洛江区马甲第二中心小学四年级)

活动中,王老师向我们展示了AED的操作方法。在确认患者没有任何意识时,判断现场的环境安全之后,我们可以使用AED进行心肺复苏。AED有两片电极片,如果患者是成人,电极片一片贴在左胸外侧,一片贴在右肩锁骨下方。如果患者是儿童,则一片贴前胸,一片贴后背肩胛骨的中间。在电击时,我们不能触摸患者身体,要听着AED的语音提醒,按步骤操作即可。

这个“救命神器”的操作简单便捷,希望它能够遍布我们的300米生活圈,在需要救人的关键时刻“触手可得”。

(指导老师:蔡培佳)

## ★急救版的“剪刀石头布”

□小记者 王欣妍  
(洛江区马甲第二中心小学三年级)

遇到气道异物梗阻时该怎么办?王老师告诉我们一个方法——“剪刀石头布”。我们先比出“剪刀手”放在肚脐眼上方两指处,随后另外一手握成拳头,像个“石头”压在冲击点上,最后“剪刀手”再变成“布”,包住“石头”,用力向内向上按压冲击点,直至异物吐出。这个急救版的“剪刀石头布”简单好记,我们一下子就记住了。

王老师还特别提醒我们要注意暑期防溺水,不能到野外的水库游泳,如果遇到有人溺水了,可以拿一些容易浮在水面上的东西,比如空

的书包、泡沫、浮筒等抛给溺水者,让溺水者借助浮力上岸,或者让他们借助漂浮物保存体力,等待救援人员的到来。我们青少年遇到有人溺水,不可私自下水救人,应该及时地向周围的大人求助。

(指导老师:黄诗琳)

## ★向“及时雨”学习

□小记者 兰秋实  
(洛江区河市中心小学三年级)

活动伊始,王老师向我们介绍了博爱驿站的由来和使命,它不仅是一个物资捐赠与发放的平台,更是连接社会各界爱心力量与需要帮助人群之间的桥梁。我总能在地震、洪涝等灾害的新闻报道中看到红十字会的的身影,他们捐资赠物,犹如“及时雨”给灾民送去爱与温暖。通过这一次活动,我深刻体会到了“博爱、奉献、人道”的红十字精神,也更加坚定自己未来要成为一个有爱心、有担当的人。

(指导老师:倪月婷)

## ★生命只有一次

□小记者 谢雅珊  
(洛江区河市中心小学三年级)

发现溺水者,我们要及时大声向周围的大人求助,在等待救援、确保自身安全的情况下,可以先向溺水者抛掷空矿泉水瓶、塑料桶或者书包等漂浮物。如果溺水者是成人,6至8个空矿泉水瓶的浮力就足以支撑其漂浮在水面,如果溺水者是儿童,则3至5个空矿泉水瓶即可。我们要切记,不能直接用手去拉扯溺水者,溺水者经历溺水过程时会惊慌失措,容易将我们一同拉下水,导致惨痛的结局。

生命只有一次,千万不要随意下

水游玩,免得造成悲剧,成为亲人心

中永远的痛。(指导老师:倪月婷)

## ★脆弱的生命

□小记者 陈梓辰  
(洛江区马甲第二中心小学四年级)

魏老师向我们示范心肺复苏的全过程,只见他双膝跪在患者的右侧,双手十指重叠,垂直向下,用掌根在患者两乳头连线的中点处按压,频率是一分钟120次。如果伤者没有反应,就需要进行口对口人工呼吸。在进行人工呼吸时,要先把患者口腔内的异物如假牙、食物残渣等清除干净,以免发生气道异物梗阻。进行人工呼吸时需要捏紧患者的鼻子,同时要观察患者胸廓是否起伏,只有起伏才表示人工呼吸是成功的。这一套操作下来,千钧一发,一刻都不能松懈。我深深体会到了生命的脆弱。

## ★助上一臂之力

□小记者 郑诗涵  
(洛江区河市中心小学三年级)

处理气道异物梗阻有四种方法,分别是背部叩击、腹部冲击、胸部冲击、胸部按压。胸部冲击法主要针对孕妇及腹部较大的人群。使用得比较广泛的是腹部冲击法,这个方法有个口诀是“剪刀石头布”,我们一只手比出“剪刀”手势,定位患者肚脐上两横指的位置,这是冲击点,用另外一只手握拳,拳眼对准冲击点,然后“剪刀”变成“布”,包住拳头,然后双手迅速向上向内冲击患者的上腹部,以帮助其排出异物。

这一次学习中,我学到了非常多的急救知识。希望当别人发生意外时,我也能助上一臂之力。

(指导老师:蔡碧治)