

救护生命， 让我们都成为合格的“第一目击者”

湖南日报全媒体记者 王铭俊

我国每年有超54万人发生心源性猝死，平均每分钟就有1人死于心脏骤停，其中80%发生在医院外。

心跳呼吸骤停后的黄金急救时间只有4至6分钟。急救时间紧迫，专业人员往往无法第一时间到达伤病现场，此时最值得依赖的便是现场救护“第一目击者”。

2013年，湖南在全国率先提出现场救护“三个一”理念——在第一现场，“第一目击者”在第一时间做出迅速正确的反应，由此倡导民众学习急救知识技能，成为合格的“第一目击者”。

10余年时间中，湖南还成为全国首个为“现场救护”单独立法的省份。

如今，“第一目击者”发展状况如何？群众接受“第一目击者”培训还方便吗？作为“关键少数”的培训师资，能够满足社会的需要吗？记者近日就此进行了采访。

湖南多处开全国先河

2023年11月的一天，湖南湘江新区洋湖湿地公园发生了惊险一幕：33岁的冯先生在踢足球时突然倒地，没有呼吸和脉搏。现场刚好也在踢球的一名市民初步判断是心脏骤停，立即对其实施人工心肺复苏。与此同时，另一名市民迅速从公园客服中心取来AED（自动体外除颤器）。

经过心肺复苏配合AED除颤，冯先生的脉搏与呼吸逐渐规律。关键时刻，“第一目击者”为抢救患者赢得了时间。

急救，传递的是温度，体现的是城市的内在品质。目前，浙江、北京等省市已相继出台高水平推进应急救护工作的实施意见，上海明确将培训8万名持证应急救护员，作为今年市政府为民办实事项目之一。

湖南，也开出多例全国先河。

2020年11月1日，《湖南省现场救护条例》（以下简称《条例》）正式实施，湖南由此成为全国首个为“现场救护”单独立法的省份。《条例》明确鼓励全民参与学习，让有知识和能力的人参与救护。

要对施救者免责，形成良好氛围，更成为《条例》的一大亮点。

为解除公众普遍存在的怕做好事惹火烧身而“不敢救”的顾虑，《条例》明确规定，救助人的现场救护行为受法律保护。因自愿实施紧急救助行为造成受助人损害的，救助人不承担民事责任。此后，这一条款被多个省市出台的相关条例引用。

此外，《现场救护第一目击者行动专家共识》《中国现场救护第一目击者行动公众指南》等，也分别于2019年、2023年从湖南率先发出。这得益于湖南较好的实践基础——

从2016年起，湖南设立“现场救护第一目击者行动日”，成立“现场救护第一目击者行动联盟”，组织开展急救知识技能培训，大力发展师资队伍和“第一目击者”。

2018年，省卫健委联合10余家省直部门和相关组织，共同将急救普及上升为一项“湖南行动”，将此项工作在全省逐渐推开。

会专业急救的群众仍然较少

湖南这项工作在高层推动上是强而有力的，然而，要让更多群众掌握正确急救知识，仍然是一件漫长的事。

为了解湖南省公众现场救护参与行为现状，中南大学湘雅护理学院、湖南省人民医院的医护人员于2022年10月展开了一项调查。

2023年3月，包含5852份有效调查数据的统计结果公布。数据显示，1460人遇到过现场



5月9日，长沙市消防救援支队，湖南省红十字会救护培训老师对消防员进行救护培训。
湖南日报全媒体记者 傅聪 摄

救护事件，而参与过现场救护的有862人，达到59.04%。

不过，公众参与现场救护的方式主要为拨打120和送往医院，两者分别占比62.76%、46.06%，而心肺复苏和电除颤等专业急救方式使用较少，分别为14.62%、5.22%。这组数据，远低于在发生院外心脏骤停时，瑞典旁观者进行心肺复苏的比例——71%，美国旁观者使用电除颤的比例——10.8%。

业内的普遍共识是，破局的关键，一方面在于加大AED等设备的覆盖。此举已写入《湖南省现场救护条例》。

《条例》发布前，我省公共场所配置AED非常有限，省会长沙也不足50台。

但截至2023年，长沙已配置AED超1200台，覆盖交通枢纽、教育机构、热门景区、商业广场等人员密集场所，今年计划再投入3000台。值得一提的是，长沙还建立了全市统一的AED地图，方便市民在紧急情况下，使用“长沙120”公众号、“我的长沙”App一键查找、导航、取用。

另一方面，在于强化公众急救知识和技能培训。

以“救命神器”AED为例，它的使用可以概括为9个字，“开电源，听它说，跟着做”，操作并不复杂。但急救是一门科学，人们在特殊情况下，受到环境的影响、心理的波动，在他人遭遇意外时，果断进行急救的确不太容易。

“只有比较系统和全面掌握基本操作技能，才能有效地进行现场急救。”省卫生健康委党组副书记、副主任祝益民介绍，若只是出于一片热心参与急救，很容易因施救失误对患者造成二次伤害，从而延误最佳救援时期。这也正是许多人面对危急局面不敢作为的原因之一。

湖南把加强“第一目击者”培训师资队伍队伍建设作为发力点，由此提高区域内“第一目击者”培训率。2018年，我省全面启动现场救护“第一目击者”导师培训，并结合我国实际，编制了“第一目击者”急救知识技能导师培训教材，设置培训课程，全程实施信息化管理，对所有导师进行同质化培训。

院外心脏骤停的有效治疗是立即识别心

脏骤停、紧急响应系统的激活、早期心肺复苏、早期除颤和早期高级生命支持。因此，我省选择心肺复苏术、AED的使用、气道异物梗阻急救法及创伤现场四项急救技术作为基础理论与操作课程。同时，更强调安全意识、专业意识、团队精神和志愿精神的培养。

2023年，在省卫健委的统筹指导下，全省298家单位被认定为湖南省现场救护“第一目击者”培训基地，各基地将规范培训纳入常态化工作机制。这一年，全省共开展现场救护“第一目击者”规范培训9700余场，培训导师6612名、合格现场救护“第一目击者”51.95万人。

让人人学急救、会急救、敢急救

2023年12月31日，嘉禾县一球场上，球员们早早赶到，要用一场酣畅淋漓的比赛迎接新年。

不料，一名中年男子运动后，坐到球场边休息时，突然倒向地面。

球友李华军、周智勇等人见状，赶忙上前查看，发现这名男子呼之不应，颈动脉搏动消失，便马上拨打嘉禾县人民医院的急救电话。同时，他们将该男子放平，为他进行心肺复苏。

患者送至医院急诊科后，该院快速反应小组成员迅速响应，紧急接诊。又经半个多小时的心肺复苏，患者终于恢复自主心跳。

“这是一场与死神赛跑的救援，我们之前参加过医院组织的‘第一目击者’培训，掌握了心肺复苏术，没想到这次派上了用场。”李华军说。

生命至上。近年来，我省注重普及公众现场急救技能知识，培养更多“第一目击者”。“演练几次以后就不紧张了，动作更熟练了”“知道时间就是生命，黄金4分钟不能犹豫，要立刻施以专业急救”“给病人做心肺复苏时手一定要伸直，将一只手的掌根部放在伤者胸骨中央，另一只手放在第一只手的上面，手指相扣，按压时保证用力均匀”……

这是今年4月20日，发生在湖南医药学院“第一目击者”急救培训班上的一幕。

这已是该校举行的第60期、61期“第一

目击者”急救培训班，吸引了在校大学生、社会人员共计100名学员参加。

急救培训导师以理论讲解与实践操作相结合的方式，向大家逐一讲授了现场救护“三个一”理论、心肺复苏、AED使用、创伤现场四项急救技术、气道异物梗阻急救等方面的知识。

经过8个小时认真紧张的理论学习和实操练习，参训人员全部通过考核，获得了“第一目击者”合格证书。

这些年来，我省“第一目击者”急救培训班主动下沉，进机关、企业、社区、学校、家庭、农村。公众也可通过微信公众号“湖南省居民健康卡”，点击下方“健康卡”，进入“现场救护培训—第一目击者行动”栏目，点击“资质培训”部分，查看课堂列表。

如今，让人人教急救、学急救、会急救、敢急救的氛围，在三湘大地越来越浓厚。

湖南大学、湖南师范大学等高校将急救课程纳入非医学专业大学生公共课程；衡阳市将急救术（心肺复苏术）纳入中考加分项，最高可加5分。

近300余家“急救小屋”通过认证落户我省各地，为急救普及培训提供必备的专业师资、场所与设备设施。

省红十字会建立59个、今年布局300个红十字应急救护智能化培训基地，为每个基地配备应急救护一体机、AED真机和训练机等智能化设备，方便周边群众自主学习、自主考核，实现全流程智能化培训。

5月9日，夜幕降临，网红歌曲《“救”在身边》在石门县的各个广场、街道响起。大爷大妈们跟着音乐节奏跳起广场舞。

凑近一看，舞蹈动作竟然是徒手心肺复苏的“救命”操作。

湖南省人民医院推出的这首急救歌曲，发布了10多个县市方言版，在石门火了6年。

正如歌词所唱，“这一次跪下双膝，高过所有的站立”。“第一目击者”在关键时刻伸出援手，救人一命是“最近的善良”，也需要更多人加入。

（参与记者：唐璐）

延伸

心肺复苏的操作方法

当发现有人需要实施心肺复苏时，可以按照以下步骤操作——

1. 评估现场环境

确保自身和他人的安全。

2. 判断被救者情况，摆放复苏体位

看、听、感觉，在10秒内完成。

看：看看胸口是否有起伏。

听：听一下是否有呼吸声。

感觉：脸颊靠近被救者，感觉其有没有呼吸。

如对方无反应，可判断为意识丧失。

可摆放被救者于复苏体位——放置于平地上，仰卧位，保证被救者身体无扭曲，松解其衣领及裤带。

3. 呼救

尽快拨打急救电话120，大声呼救并寻找AED，进行心肺复苏。

4. 胸外心脏按压

按压位置在两乳头连线中点。

按压手法：左手掌根部置于被救者两乳头连线的中点处，右手掌压在左手背上，双手交叉互扣，手指翘起不接触被救者的胸壁。伸直双臂，肘关节不要弯曲，用双肩向下压形成压力。

按压频率需保证每分钟按压100至120次，深度要使胸骨下陷5至6cm，需确保每次胸外按压后，胸廓回弹恢复原貌。

5. 开放气道

在确保被救者无颈椎损伤的情况下，可将一手小鱼际放在被救者前额，向下压迫，同时另一手食、中指将被救者的下颌部向上提起，开放气道。

6. 人工呼吸

开放气道后，应立即进行2次口对口人工呼吸，人工呼吸时应暂停胸外按压。注意捏住患者鼻子，用嘴包住患者的嘴吹气2次，每次约1秒。

吹气时能看见患者胸部起伏即可。

7. 循环

每完成30次胸外按压及2次人工呼吸为一个循环。

如此循环，做到5组为一轮，再次评估被救者的意识、脉搏和呼吸。

如及时取除颤仪，检测到心律为室颤或无脉性室速，应尽早除颤。

除颤完成后，如被救者未恢复自主心跳，还须继续进行下一轮的胸外按压。



扫码观看现场
单人心肺复苏救助
示范视频。

再栽五溪大地一片春 ——怀化推动基层党建与“一粒种子·改变世界”活动深度融合

栗深福 廉成 朱联军

怀化，是杂交水稻发源地，创造了“一粒种子改变世界”的奇迹，沉淀着丰厚的种子文化，也不断释放着种子魅力。

为大力弘扬“一粒种子·改变世界”创新创业精神，怀化市聚焦国之大事、省之大计，进一步找准基层党建服务中心大局的切入点和结合点，深入开展“党建赋能·‘链’动五溪”建功行动、“党群创业·共富乡村”振兴行动、“争做一粒好种子”先锋行动，切实增强基层党组织政治功能和组织功能，充分发挥基层党组织战斗堡垒作用和广大党员先锋模范作用，为建设现代化新怀化提供坚强的组织保障。

撒下一粒种子，勃兴一片森林

“党建赋能·‘链’动五溪”建功行动，保障现代产业体系建设

强大的生命力是种子基本品格。怀化市以党建之“种”勃兴各项事业，尤

其是写好中国式现代化怀化篇章。

近年来，怀化围绕加快建设以先进制造业为支撑的“5+10”现代化产业体系，聚焦主特产业方向，重点打造新型显示、箱包皮具、中医药3个特色产业集群和“国际箱包之都”“国际种子之都”，大力推进新型工业化，积极发展新质生产力。

经济工作推进到哪里，党的组织覆盖、工作覆盖就跟到哪里。市委组织部结合本地实际，积极探索重点产业链党建工作新模式，激发创新活力，助力资源配置高效集成、产业生态持续完善、营商环境不断优化，着力推动重点产业链条升级，深入开展“党建赋能·‘链’动五溪”建功行动，在“链”上建起党的组织，树起党的旗帜，将党组织的凝聚力转化为发展的源动力。

谈到撒“种”至“链”的功效，怀化亚信科技股份有限公司财务负责人翟国霞感触很深。“因对国外税收政策不熟悉，我们在出国投资决策上左右为

难时，税务局的翻译团队及时收集整理并逐字翻译了马来西亚、泰国等国的相关税收政策，仅用5天时间就为我们出具了详细的综合分析报告，为企业解了燃眉之急。”怀化市税务局聚焦全省打造内陆地区改革开放高地的标志性工程——怀化国际陆港，立足于这片春潮涌动的“试验田”，将种子精神融入党建工作，精心打造“种子团体”，成立了由39名业务骨干组成的“红色专班”和翻译团队，专门对口支持怀化国际陆港建设。全市税务系统成立了168个党员种子“先锋队”和“先锋岗”，形成“人才集群”，集聚效应持续释放。

该市把产业链党建工作重心放在服务企业发展上，做到“企有所呼、我有所应”，让党建之“种”勃兴产业的森林。在箱包皮具、新型显示、机械装备、新材料、电子元器件、新能源及其装备、生物基、中医药、种业、食品等产业链上建立党组织10个，由牵头部门党员负责人担任党组织书记，52名部门班子成员直接联系

服务重点企业。去年以来，怀化各产业链从小到大、从弱到强。其中，新能源及其装备产业链、新型显示产业链、箱包皮具产业链2023年规模工业产值，分别高速增长84.44%、79.02%、63.92%。今年一季度，10条重点产业链完成规模工业产值183.8亿元，增长13.3%，占全市规模工业总产值的61.2%。

撒下一粒种子，收获田野金黄

开展“党群创业·共富乡村”振兴行动，引领农业经济发展

出“新”是种子的本质。农村产业跨村发展、农村群众跨村居住、资源要素跨村流动等逐渐成为新趋势。基于一些乡村“小而散”的现状，该市实施“党群创业·共富乡村”振兴行动，要求乡村党组织和党员像种子那样主动适应新环境，开出新的生命之花。

“去年，黄溪村和我们村结对，将两村交界的荒地平整，打造露营地，带动我们村集体经济增收近14万元。”中方县铜湾镇麻溪江村党支部书记、村委会主任周南金说。中方县铜湾镇组建的乡村振兴联合党总支，将山林相接、首尾相连的5个村联结，覆盖264名党员9004名村民，通过充分挖掘辖区内的优势资源，发展特色产业，建立有效利

益链接，带动各村集体经济“强筋壮骨”。2023年，该联合党总支所辖的5个村集体经济经营性收入突破300万元。

在“党群创业·共富乡村”振兴行动中，一个出“新”的举措就是组建联村党组织。该市探索“党建引领·连村联创”模式，积极推行组织联建、产业联创、人才联育、文化联融、生态联治，根据产业发展、乡村治理、红色教育、乡村旅游等方面，按照地域相邻、资源相同、产业相似、文化相亲、优势互补的原则，选择综合实力较强的村作为中心村，采取中心村“一带多”的联建形式，成立联合党组织，推动区域资源共享、优势互补、抱团发展。通过连村联创打破区域壁垒、凝聚多方力量，整合盘活各类产业项目、资金要素、特色资源，发挥叠加效应。目前，全市组建乡村振兴联合党组织65个，带动237个村集体经济增收10万元以上。

撒下一粒种子，开出幸福花朵

开展“争做一粒好种子”先锋行动，展现共产党人为民情怀

服务人类、兴旺一方是种子的生命价值。去年来，该市开展“争做一粒好种子”先锋行动，要求全市各级党组织和全体党员弘扬种子精神，充分发挥战

斗堡垒和先锋模范作用，切实为人民群众办好事、做实事、解难事。

“我的头发一直都是周国才修剪的，从来不收钱，相当细心，个把月来一趟，比我自己的子女都来的勤。”楼栋居民纷纷点赞。周国才是洪江市自然资源局的在职党员，每个月底的周末，周国才都会带上理发工具，在各个社区义务为留守老人集中理发。一把剪刀、一个推子、一支梳子、一面小镜子，伴随着细碎的“咔嚓、咔嚓”声，手法娴熟的周国才没有特别打造花哨的造型，却剪出了留守老人们幸福的笑容。

“争做一粒好种子”先锋行动将机关党建与城市社区党建深度融合，以“红色楼栋”为载体，以在职党员“双报到”为抓手，结合“五溪先锋”党员志愿服务平台，构建出“信息采集、源头发现、任务分派、问题处置”一站式互联网工作新模式，为群众提供专业化、特色化、精细化的线上线下服务，实现群众需求反应快、情况发现快、问题解决快，让服务延伸到社区治理的“神经末梢”，切实打通服务群众“最后一米”。

据统计，怀化市2.97万名机关党员注册为“五溪先锋”志愿者，开展“五溪先锋”党员活动2.3万余场次，服务2.7万人次，服务时长累计达56万小时，得到了人民群众的广泛好评。