



# 扬急救之帆 为生命护航



郑艳歆讲解急救知识。

从『不敢上手』到『要出手，救人为先』

“一个三岁的小孩子，玩耍时将手伸进了家长正在操作运行的农机里，手指被绞断了。家人带着孩子从乡下急忙赶到兰州的医院，但因为缺乏急救常识，他们并未将小孩的手指残肢一同带过来，等到残肢被另一辆车运过来时，已经找不到一根活的血管，小孩连一根手指都没有保住……”采访的当天，急救培训师郑艳歆向记者说这个故事时，神情中充满了惋惜，“如果孩子的家长有安全意识和急救常识，能够在操作机械期间时刻注意孩子的状况，或在孩子受伤后第一时间将残肢送往医院，这个孩子的手指至少会保住一部分。”

这样痛心的事例，郑艳歆在临床医生这条职业道路上见过了太多，这让她不仅想在岗位上守护病人健康，还想要成为传授急救知识与技能的“急救师”。

自从2017年拿到急救培训师证书，加入甘肃省红十字会后，普及急救相关知识成为郑艳歆工作和生活中不可或缺的一部分。

讲解急救知识、开展技能培训、参与志愿服务……6年来郑艳歆共参与培训课程上百场，培训学员上万人。她不仅在社区及各企事业单位开展救护科普，还经常组织持证急救志愿者走进学校开展急救技能与心肺复苏实操培训。

由于周末常常忙于到处普及急救知识，郑艳歆的家人早已习惯了她的忙碌和奔波，并一直支持她。在郑艳歆的影响下，她的儿子也掌握了很多院前急救知识，打算参加红十字救护员技能比赛。

“我们的一名学员叫付朝旭，有一天在上班途中偶遇老人摔倒在地，便从车里拿出急救箱，为老人进行了8分钟左右的心肺复苏，老人成功恢复心跳和意识，他的急救为后续抢救争取了宝贵的时间。”回忆起此事，郑艳歆表示，看到学员在关键时刻能够将她所教授的急救知识学以致用，她非常高兴，也深刻地感受到了这份工作背后的价值和意义。

从“怕麻烦，不敢上手”到“要出手，救人为先”，自从成为一名急救培训师后，郑艳歆的心态发生了极大的转变。“明明可以做的事情，为什么不去做呢？”她总是这样告诉自己。

“学会急救知识，关键时刻能救命！”郑艳歆告诉记者。如今，她的包里长期备有急救包，出门在外时她会格外留意人群扎堆的情况，时刻准备着在他人需要的时候施以援手。

新甘肃·甘肃日报记者 王聪

“我们希望每一个家庭，至少要有一名成员参加过红十字急救培训；每一个灾害、事故现场，都要有红十字救护员参与急救。”这是中国红十字会的愿景，也是每一位红十字会急救培训师不断努力的意义。

近年来，甘肃省红十字会急救培训师走进全省各州市，传播心肺复苏法、AED(自动体外除颤器)使用教程、气道异物梗阻急救、创伤包扎等急救知识，充分发挥红十字急救培训师力量，把真正惠及人民群众的急救知识普及到千家万户。

截至2022年底，全省共有红十字急救培训师1700余人，他们已完成普及性急救培训201万人次，培训救护员35万人次。

这些急救培训师把急救知识和红十字精神传递给千万人，也为更多生命争取了希望。



陈刚(左一)与省红十字会志愿者合影。

## 希望更多医学生走上普及急救之路

许多年之后，陈刚依然清楚地记得曾经在医院实习时遇到的一位患者。那是一位七十多岁的老人，患有严重的阑尾炎急性腹症。

由于缺乏急救知识，到医院时已错过了手术的最佳时机。

“这位老人家最后会怎样？”向医生提问的那一刻，他或许早已知道了答案。

“也许过不了几天，人就没了。”那种无力而绝望的感觉紧紧地裹挟着他。

那一刻，陈刚下定决心：“作为一名医学专业的学生，我要把所学到的知识传播出去，提高老百姓对于疾病的认识和预防。”

作为一名医学博士生，从

2021年至今，他为兰州市各级政府单位、学校及企业组织开展急救与防灾自救科普讲座30余场，受益人数上千人，让更多的人了解并初步掌握了一定的急救知识与技能。他还曾应邀在电视节目上向观众普及CPR(心肺复苏术)及AED(自动体外除颤器)使用等相关知识，并多次参加安全知识宣传进社区活动。如今，陈刚还担任着甘肃省红十字蓝天急救队志愿服务队的队长。

“每次去普及急救知识，我总是带几个塑胶仿真人偶，让居民也来上手操作，实际体验，我们手把手教他们完成整个急救流程，大家都觉得很实用。”陈刚告

诉记者。

“脚踏实地，仰望星空。”刻在心中的这8个字，是他对自己投身公益的要求，也是作为一名医学工作者对未来的期待。陈刚说，他想用力所能及的力量帮助更多人，给更多生命“生”的希望。

在兰州大学基础医学院老师的指导与帮助下，陈刚带领基础医学院的同学，面向全校招募志愿者，成立了兰州大学首支普及急救与防灾自救技能青年应急志愿服务队。

“‘星星之火，可以燎原’。我希望更多的医学生掌握院前急救知识，敢于伸手救人，让急救知识普及至千家万户。”陈刚信心满满。



曹磊向学员演示止血法。

## 让大家都能掌握急救技能

“如果你出手救他，也许他还有机会活下来；如果你不出手，他可能会失去宝贵的抢救先机。两种选择里，我希望并且相信大家都会选择前者。”每一堂培训课上，急救培训师曹磊必定会叮嘱学员这句话。

除了教会学员正确的急救知识和操作流程，她还会在课堂上引导学员们树立“敢于救人、不怕救人”的急救理念。

大学时曹磊读的是美术专业，毕业后也一直从事设计工作，但她的心中却一直有一个“医学梦”。

2019年5月，曹磊考取了红十字救护员证书，随后她又加入甘肃省红十字蓝天急救队志愿服务

队。曹磊还利用业余时间自费学习各项救援技能，并取得国家职业资格“应急救援员”培训师、中国红十字会救护员证书、美国心脏协会(AHA)急救员等资格证。

多年来，她持续奔走在城市和村庄的大街小巷，奔赴多个灾害现场，走进学校和机关单位开展相关课程百余场，受益人数累计达上万余人次。她还前后二十多次前往榆中北山、临夏康乐等地区，为留守儿童进行安全知识普及。不论是开展救援还是普及急救知识，她总是全身心地投入其中。现在，她担任着甘肃省红十字蓝天急救队志愿服务队副队长，并荣获“2022年甘肃

省三八红旗手”称号。

“有一次我去宁夏银川讲课，第二天一位学员打来电话兴奋地说，他用学到的急救知识救助了一名车祸受伤者，在120救护车赶到之前及时做了头部包扎止血，我听了心里很欣慰。”向记者讲起此事时，曹磊的话语中洋溢着满满的成就感。“学习应急救援知识，在紧急时刻，会带来‘生’的希望。”

比起疾病突发后的急救，她更希望做好事前防范。于是她将工作重心放在了“预防”上，致力于普及疾病预防知识。“让大家都能掌握急救技能，但永远不会用到。”曹磊说。

## 关键时刻做第一个“施救者”

2021年5月4日，甘肃省红十字会急救培训师郑剑伟路过兰州五泉菜市场门口时，发现有众多路人围观，不时传来哭泣呼救声。他立即意识到可能有意外发生，急忙走上前去查看。

他拨开围观人群，见有一位老爷爷晕倒在地，嘴唇发紫，一位阿姨正在一边掐人中，一边哭泣呼救。

身为省红十字会救护员的郑剑伟，立刻亮明了自己的身份，上前查看老人身体状况。他一边指挥围观群众拨打急救电话，去就近医疗单位寻求帮助，一边迅速对老人展开心肺复苏抢救。

不久，附近医院的一名医护人员赶

到，一名热心群众也参与进来，3人轮流对患者进行心肺复苏，直至救护车到来他们才将老人交由医护人员继续救治，最终，老人成功获救。

成功的施救，让郑剑伟信心倍增！课堂上，他每次都会讲述亲身经历打消学员顾虑，希望有更多的学员经过培训后，敢救人、会救人，关键时刻做第一个施救者。

如今，郑剑伟经常为各类群体开展急救知识宣传和培训，积极参与各项志愿服务活动，并荣获2021年全国红十字志愿服务先进典型、2020年甘肃省最美红十字志愿者等荣誉。

随着急救知识技能的深入普及，近年来，我省各地涌现出多起成功施救案例，在商场、在家中、在办公场所、在火车上、在马路边……都能见到红十字“急救师”的身影，他们在危急时刻伸出援助之手，实施有效的现场急救。

郑艳歆、曹磊、陈刚、郑剑伟……只是许许多多急救培训师的代表，他们凭借热爱和仁心，凭借理想和信念，发扬“人道、博爱、奉献”的红十字精神，奔走在传播急救知识的道路上，让急救知识深入千家万户，为更多人托起了“生”的希望。



郑剑伟对消防人员开展培训。

本版图片均由受访者提供