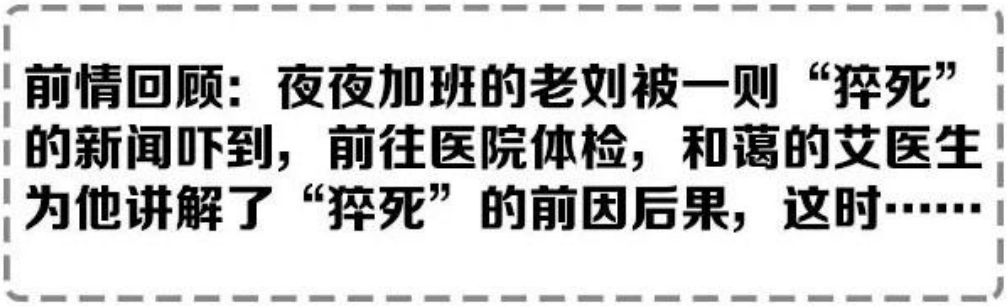
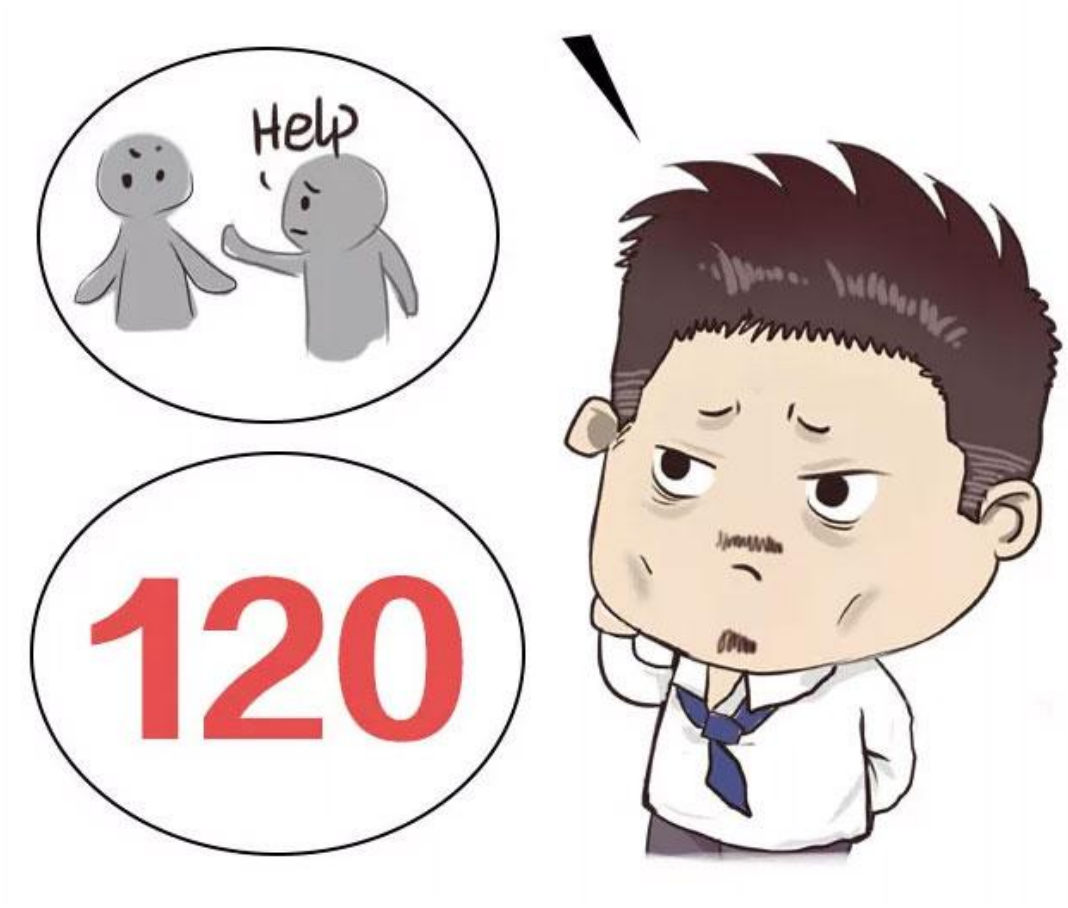
CPR 心肺复苏术详尽漫画版，急救攻略

据统计，我国每年有 54.4 万人因心源性猝死离世，居世界各国之首，相当于每天有 1490 人死于该病。从名人到我们身边的普通人，从 IT 程序员到设计师，青壮年到中老年人，心脏猝死的新闻屡见报端。

遇到猝死，因为不知道该如何抢救，很多人眼睁睁看着身边的人离自己而去，一个鲜活的生命因为心脏猝死意外陨落，那种悲痛或者遗憾可想而知。所以，掌握好猝死急救方法，对每个人来说都非常有必要。



赶快打120,或者向旁人呼救。除此之外，我也不知道了。


Help
120

拨打120是必须的。判断倒地者如果是心跳骤停的话，施救者及时对他进行心肺复苏，或许能把他救过来。
心肺复苏

救命的 黄金4分钟

- 脑组织是机体耗氧量最高的器官

- 耐受缺氧时间只有4分钟

- 缺氧超过4分钟大量脑细胞死亡

每延迟一分钟，患者生存率将降低7%-10%。
所以猝死的关键是在4分钟内进行心肺复苏。

那怎么做心肺复苏呢，如果我们不掌握要领，岂不是帮倒忙？

我来好好讲一下心肺复苏的流程及要领!
GET
心肺复苏免费教程

心肺复苏教程

确定是否要CPR?

STEP 1

轻拍重唤，判断患者有无意识,并判断是否有呼吸。

重唤

两种情况同时发生是快速诊断心跳骤停的依据。

如果是医学专业人士，可以摸下颈动脉脉搏10秒判断心跳是否骤停。

STEP 2

如果判断是心脏骤停要尽快拨打**急救电话120**，呼叫其他人寻求帮助。

同时尽快进入心肺复苏环节。

—— CPR要怎么操作？ ——

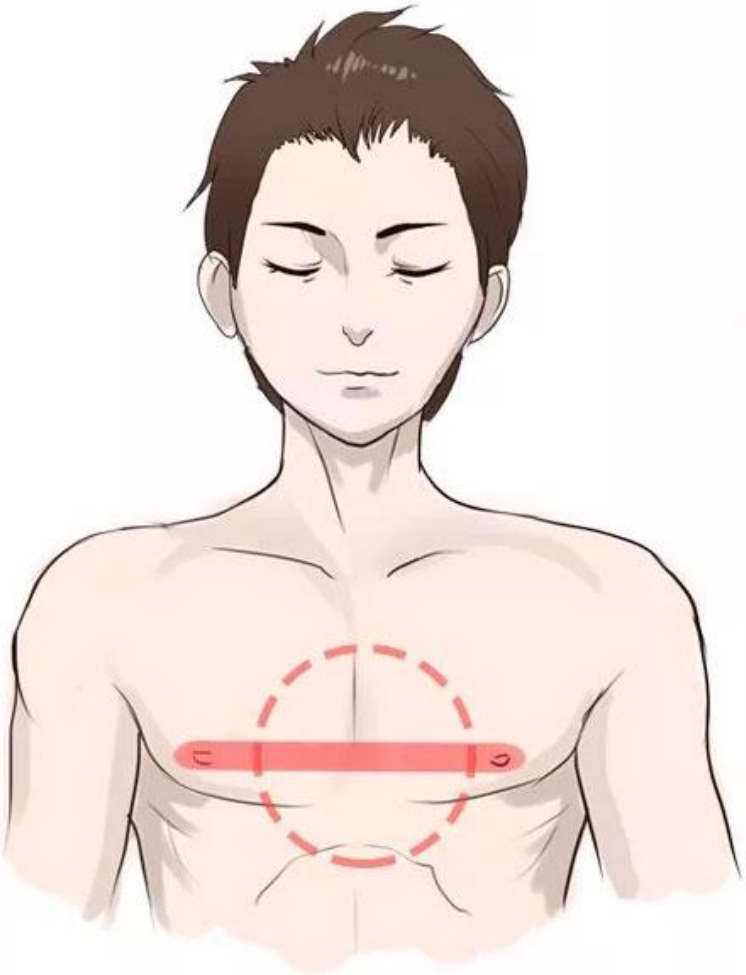
STEP 3

进行心肺复苏（CPR），将患者放平后，救助者跪在患者身体右侧，解开患者上衣，露出前胸，进行胸外心脏按压。

处于患者右侧
将患者放平

STEP 4

按压定位为两乳头水平连线与胸骨交界处（胸骨中，下1/3处）。



STEP 5

将手掌根部放在按压部位，另一手掌根部置于前一手背上，两手手指交叉抬起，使手指脱离胸壁。

急救手势反面

急救手势正面

STEP 6

上半身略向前倾，双肩位于双手的正上方，双臂垂直压在患者的胸骨上，借助自身上半身的体重和肩臂部的力量向下按压，按压时不要左右摆动。

STEP 6

上半身略向前倾，双肩位于双手的正上方，双臂垂直压在患者的胸骨上，借助自身上半身的体重和肩臂部的力量向下按压，按压时不要左右摆动。

STEP 7

将胸骨下压5cm，按后放松臂力，但手掌不能离开胸骨，按压频率不少于100次/分或大于120次/分，持续按压30次。

STEP 7

将胸骨下压5cm，按后放松臂力，但手掌不能离开胸骨，按压频率不少于100次/分或大于120次/分，持续按压30次。

STEP 8

按压30次后，进行口对口人工呼吸，吹气时捏住患者鼻子，呼气时松开。吹起见胸廓抬起即可，嘴包严患者口部。

STEP 8

按压30次后，进行口对口人工呼吸，吹气时捏住患者鼻子，呼气时松开。吹起见胸廓抬起即可，嘴包严患者口部。

2017年11月6日，成人基础生命支持和心肺复苏质量指南更新，**未经过培训的只需持续胸外按压即可**，经过培训的则是30：2的胸外按压和人工呼吸。对于婴儿和儿童心脏骤停，提供人工呼吸尤其重要。

附：成人高质量心肺复苏的注意事项。

施救者应该	施救者不应该
以100~120次/分的速率实施胸外按压。	以少于100次/分或大于120次/分的速率按压
按压深度至少达到五厘米。	按压深度小于5厘米或大于6厘米。
每次按压后让胸部完全回弹。	在按压间隙依靠在患者胸部。
尽可能减少按压中的停顿。	按压中断时间大于10秒。
给予患者足够的通气。（30次按压后两次人工呼吸，每次呼吸超过1秒，每次须使胸部隆起。）	给予过量通气（即呼吸次数太多，或呼吸用力过度。）

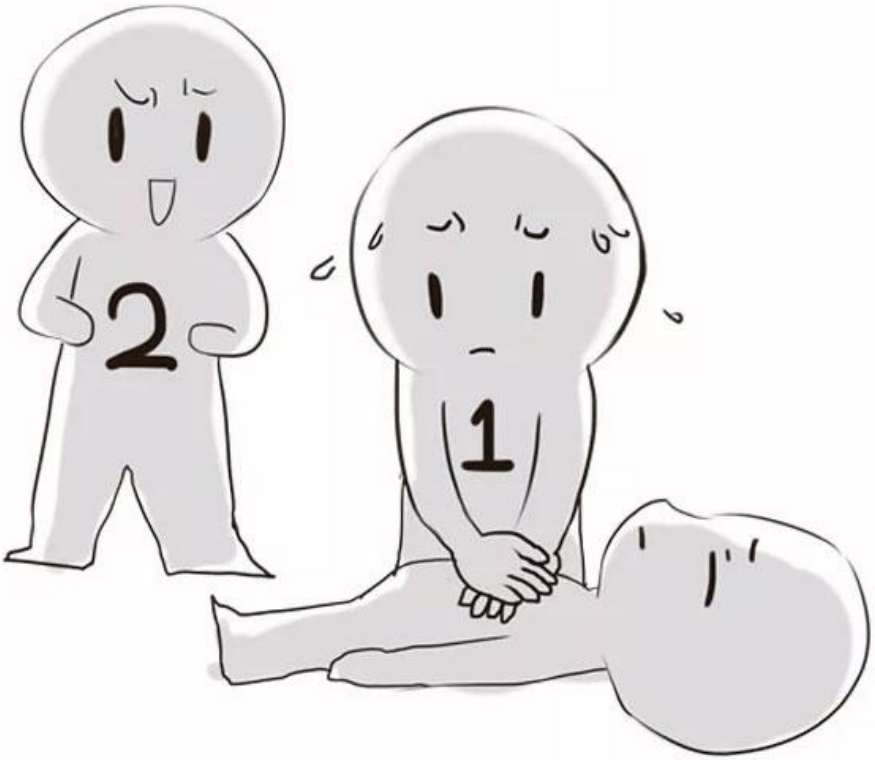
STEP 9

重复上述step5-8，中间不能间断，直至医护人员到达现场。

小贴士

心肺复苏最好由两个人交替进行，每次更换按压者间隔不超过5秒，保证按压不间断，同时避免一个人劳累后效果不佳。

加油 ~!　累了换我



（此教程只适用于成人。）

（此教程只适用于成人。）

教程结束

有资料统计：从目击者发现到急救人员赶到平均时间为9分钟。而黄金抢救时间只有4分钟，请不要吝啬自己的几分钟，也许你的帮助就能挽救一个生命。

如果我遇到，我一定会这么做的！谢谢医生~
刘先生别客气，但是你在拯救别人的同时，先要照顾好你自己的身体~！