

心肺复苏术

是针对心跳、呼吸骤停的病人，通过心肺复苏术使病人恢复自主呼吸和脉搏。通俗地讲，通过人工呼吸和胸外按压使猝死的病人恢复心跳、呼吸。

步骤/方法

1、判断意识：轻拍患者双肩、在双耳边呼唤。如果病人清醒，要继续观察，如果没有反应则为昏迷，进行下一个流程。

2、求救：高声呼救：“快来人啊，有人晕倒了。”接着联系打120求救，立即进行心肺复苏术。

3、检查及畅通呼吸道：取出口内异物，清除分泌物。用一手推前额使头部尽量后仰，同时另一手将下颏向上方抬起。

4、人工呼吸：判断是否有呼吸：一看二听三感觉（维持呼吸道打开的姿势，将耳部放在病人口鼻处），一看：患者胸部有无起伏；二听：有无呼吸声音；三感觉：用脸颊接近患者口鼻，感觉有无呼出气流。若无呼吸，应立即给予人工呼吸2次，保持压额抬颏手法，用压住额头的手以拇指食指捏住患者鼻孔，张口罩紧患者口唇吹气，同时用眼角注视患者的胸廓，胸廓膨起为有效。待胸廓下降，吹第二口气。

5、胸外心脏按压：心脏按压部位——胸骨下半部，胸部正中央，两乳头连线中点。双肩前倾在患者胸部正上方，腰挺直，以臀部为轴，用整个上半身的重量垂直下压，双手掌根重叠，手

指互扣翘起，以掌根按压，手臂要挺直，胳膊肘不能打弯。一般来说，心脏按压与人工呼吸比例为 30: 2。

