

致电 按压 电击

常见问题

任何人随时随地都可能发生心脏骤停,因此我们所有人都掌握如何采取挽救生命的行动就显得至关重要。Call Push Shock 的宗旨在于培养信心,掌握何时呼叫 Triple Zero (000)、如何实施CPR和使用 AED。

维州救护车服务中心支持并推广《急救中的生存链》,这是对心脏骤停做出反应的全球指南。急救生存链中的每个环节发挥作用,都会大大增加心脏骤停患者的生存机会。通过了解并遵循《急救中的生存链》的指导,我们可以挽救生命。



急救中的生存链:通过采取这四个环节,社区可以对心脏骤停的存活率产生巨大的影响。

心脏骤停与心脏病发作

问题 什么是心脏骤停?

当心脏停止有效跳动时,就会发生心脏骤停,从而导致大脑和其他器官供血和供氧不足。心脏骤停的人会失去知觉、呼吸不正常、甚或根本没有呼吸。一旦发现心脏骤停,请致电 Triple Zero (000),立即启动心肺复苏术(CPR)并使用自动体外除颤器(AED,如果有)。

问题 什么是心脏病发作?

当动脉阻塞致使血液无法到达心肌时,就会导致心脏病发作。结果,心肌中没有得到足够血液的部分开始死亡。

如果您有任何心脏病发作的警告症状,请立即致电 TRIPLE ZERO (000)。

心脏病发作的症状可能包括以下部位的疼痛感、压迫感、沉闷感或紧迫感:

- 胸部
- 肩部
- 颈部
- 臂部
- 下颚
- 背部

症状可能因人而异,有些人可能根本感觉不到胸痛。心脏病发作可能导致心脏骤停。



Call Push Shock

问题 什么是 Call Push Shock 工具包?

维州救护车服务中心与心脏基金会合作, 开发了一种新的用于练习心肺复苏术 (CPR) 和自动体外除颤器 (AED) 工具包。

Call Push Shock 工具包增强了识别心脏骤停的意愿和能力, 采取行动时, 只需三个简单的步骤: 呼叫 Triple Zero (000), 立即开始 CPR, 并使用 AED (如果有)。



呼叫 Triple Zero (000)

问题 为什么我要首先呼叫 Triple Zero (000)?

重要的一点是您必须先拨打 Triple Zero (000) 电话, 以确保紧急救护人员赶来。当您首先呼叫 Triple Zero (000) 时, 呼叫接听者可以在救护车到达之前为您提供帮助患者的指导。立即采取该措施可有助于挽救患者的生命。

问题 为什么 Triple Zero (000) 呼叫接听者会问这么多问题?

一旦呼叫接听者确认了紧急情况的位置以及紧急情况是什么, 该信息就会发送到救护车调度员那里。然后, 调度员将救护车定向到紧急情况所在位置。

呼叫接听者将继续询问问题, 为紧急救护人员收集尽可能多的病人信息。**这不会延迟救护车的调度。**这将在尽可能短的时间内为患者提供最佳护理。

消防部门、维州救护车社区紧急响应小组 (CERT) 或 GoodSAM * 响应者可能第一个作出响应。他们经过专业培训、装备齐全, 可以为心脏骤停患者实施正确的抢救。

*有关 GoodSAM 的更多信息, 请参见下文。



问题 我如何帮助救护车定位房子?

如果您能提供确切的位置, 包括最近的十字路口和地标, 救护车将尽快定位紧急情况发生地。

如果您在外旅行或位于农村或偏远地区, 请在出门前下载 Emergency + 应用程序。这将使您能够将 GPS 坐标提供给澳大利亚任何地方的呼叫接听者。

如果在住所发生心脏骤停, 请确保可以看到街道号码、前门已开锁且夜间外部照明灯亮起。

请家庭成员锁住您的宠物并清理接近病人的障碍。如果可能的话, 请安排人员在所在地点的前方位置接应紧急救护人员。

心肺复苏术(CPR)

问题 什么是心肺复苏术?

CPR 代表心肺复苏术。这是一种通过推动胸部将含氧血液泵送到全身的技术。CPR 有效的发挥了心肺复苏作用。

要执行有效的 CPR, 请遵循以下操作:

在患者的胸旁笔直地双膝跪下。双膝距离应与肩同宽。将一个手掌跟部放在乳头之间的胸部中央。现在, 将另一只手置于其上, 并锁紧手指。尝试保持手指不接触胸部。手臂伸直, 肘部锁紧, 紧靠胸部。

用力并快速地按压乳头之间的胸部。

问题 为什么要进行CPR?

实施CPR时, 您是将含氧的血液通过身体泵送到大脑和其他身体器官。必须保持这种血液流动, 直到急救护理人员到达并接管为止。

问题 为什么在按压胸部时要“伸直双臂”?

CPR比较消耗体力。如果您手臂伸直进行按压, 可借助上半身的重量, 您将意识到该方法更简单且减轻体力消耗。如果周围还有其他人, 体力不支时请换人进行CPR。双手置于胸前, 体力不支时继续换人, 直到紧急救护人员赶到为止。

问题 为什么我们实施CPR时不再进行人工呼吸?

口对口(人工呼吸)是旁观者在心脏骤停中实施心肺复苏的主要障碍之一。全球领先的心肺复苏组织支持仅使用胸部按压的 CPR *, 因为它提



高了旁观者的 CPR 速率, 从而提高了心脏骤停生存率。消除这一障碍可以简化CPR, 而不会影响医疗救助的结果。

*仅使用胸部按压的CPR, 是界定实施CPR时不包括口对口(人工呼吸)的术语。

问题 为什么您无需检查脉搏?

在开始CPR前不再需要寻找脉搏。在压力很大的情况下可能导致难以摸到脉搏, 这样做会浪费宝贵的时间。识别此人是否失去知觉和呼吸不正常, 这样的判断更可靠。即便您对有脉搏的人进行CPR, 可能造成任何伤害的概率也非常小。如情况不确定, 最好开始心肺复苏术, 而不要推迟。

问题 有没有一种简单的方法可以张开嘴巴以检查气道是否畅通?

如果呼叫接听者指示您检查气道, 则将一只手放在患者的前额上, 另一只手将拇指放在下唇和下巴之间。用食指在下面握住下巴。轻轻地让嘴张开, 向里看。最好将剩余的手指攥成拳头, 以免推压气管。

问题 如果您在检查气道时, 患者的口腔中有食物或其他物质, 该怎么办?

咨询呼叫接听者, 如果口腔中有食物或其他物质, 请先轻轻滚动患者使之侧躺, 然后向后倾斜头部, 打开口腔并清除异物。如果患者溺水, 这一点很重要。如果存在食物和积液的迹象, 则可能需要在多个阶段对气道进行评估和清理。呼吸道通畅后, 轻轻滚动患者使其仰卧以便开始CPR。请记住, 呼叫接听者将予以指导。

继续CPR



问题 如果患者有假牙怎么办？

如果患者有假牙并且在原有位置，则无需将其移除。但是，如果假牙跌落到喉咙后部，请尽快将其取出。如果假牙从口腔中掉出来，则将其拿走。

问题 您如何对婴儿进行CPR？

技术基本相同。对于婴儿（不超过1岁），请将头保持在中央位置，用两根手指按压胸部中央。如果呼叫接听者指示，请用您的嘴同时盖住婴儿的嘴巴和鼻子，以实施较小量的人工呼吸。

对于10岁以下的儿童，请用一只手而不是两只手，并按照呼叫接听者的指示进行操作。

问题 进行按压时是否会折断患者的肋骨？

是的，有可能在CPR中压断肋骨。这并不罕见。如果感觉肋骨断裂，请重新检查您手的位置，但不要停下来。如果患者可以复苏，肋骨骨折可以治愈。

问题 我什么时候停止CPR？

仅当紧急救护人员到达并准备好接管您或患者开始自行呼吸时，才可停止CPR。实施CPR的每分钟皆可以改变患者的生存几率，并最大程度地降低脑部损伤和/或死亡的风险。

问题 如果我正确进行了CPR，我真的可以期望患者在救护车到达之前开始呼吸或恢复吗？

CPR旨在为患者争取时间。处于心脏骤停状态的人很少会开始自主呼吸。但是，如果在紧急救护人员到达之前，旁观者使用可公开获取的AED

，患者的状况可能会发生变化。告知呼叫接听者并按照呼叫接听者的指示进行操作。

问题 如果患者躺在床上或椅子上怎么办？

您需要将患者移至坚实的地面。在柔软的表面执行CPR是没有效果的。在椅子或汽车座椅上跌坐昏迷的人，意识不清且呼吸不正常，则需要将其放在坚硬的表面上，以进行有效的CPR。请记住，如果人在没有呼吸的情况下，瘀伤都是无关的小事。

问题 我无法坐到地板上 — 我该如何帮助？

在自己的能力范围内，尽力而为——采取任何行动总比什么都不做要好。肾上腺素也可能使您能够坐到地板上实施CPR。当医疗援助到达时，他们将能够帮助您从地板上站起来。

问题 实施CPR会遇到哪些法律问题？

因为提供急救或CPR而被起诉的风险非常低。在澳大利亚，没有任何人为此被起诉的案例。

在维多利亚州（以及所有澳大利亚州和领地），与见义勇为人士相关的法律保护在紧急情况或事故现场真诚地提供援助、建议或护理的人们。

根据 *Wrongs Act 1958*，如果发生以下情况，法律保护当事人免于承担民事责任：

- 患者受伤或有受伤或死亡危险。
- 见义勇为人士本着诚实的态度行事，不期待会因提供帮助而获得任何经济报酬。

这些法律旨在让人们放心，如果在紧急情况下挺身而出提供帮助，无论结果如何，他们都不会为自己的正直帮助承担责任。

自动体外除颤器 (AED)



问题 什么是自动体外除颤器(AED)?

AED 是一种自动设备,可在心脏骤停期间通过电击使患者的心脏恢复正常功能。AED 会分析心脏的节律,并且仅在必要时才进行电击。

实施CPR,并结合在护理人员到达之前的关键几分钟内使用 AED,大大增加了患者的生存机会。如果没有可用的 AED,请继续进行CPR,直到救护人员到达并准备接管为止。

如果有 AED,请在启动CPR时安排一个旁观者取回它。将 AED 放在靠近上胸部的右上侧,打开 AED 并按照说明进行操作。如果不确定,呼叫接听者将协助您使用 AED。

任何人都可以使用 AED。无需培训。

问题 什么是 AED 注册?

所有 AED 应在 AED 登记处中注册:registermyaed@ambulance.vic.gov.au。这将使 Triple Zero (000) 呼叫接听者能够“看到”心脏骤停者附近的 AED,指导旁观者去取。鼓励 AED 所有者全天候向公众开放其 AED。这可能会大大增加社区心脏骤停患者的生存机会。如果 AED 设备未经注册,则 Triple Zero (000) 呼叫接听者将无法将旁观者指示最近的 AED。

如果 AED 已注册且在紧急情况下进行了使用,维多利亚救护车将在事后检查 AED,以确保设备状态良好,可在未来挽救生命。

挽救生命是团队的共同努力目标



问题 您如何同时进行电话呼叫、CPR和使用 AED?

维州救护车服务中心建议家庭使用无绳电话或手机联系 Triple Zero (000)。将电话设置到扬声器上,并带到患者身边,按照呼叫接听者的指示进行操作。

如果没有手机,则可以先听指令,然后在执行指令时放下电话。然后,返回电话旁边以获取下一组指令。

或者,如果有其他人在场,他们可以将呼叫接听者的指令转达给您。除非被要求,否则请勿挂接线员的电话。保持通话状态可使您能够返回电话确认情况,或者在患者情况发生任何变化时及时告诉接线员。

保持通话状态不会使救护车延迟 — 请记住,实施任何CPR都胜过不进行CPR。

问题 什么是 GoodSAM?

维州救护车服务中心于 2018 年推出了 GoodSAM。这是一款救生应用程序,可将注册的成年人与附近发生心脏骤停的人联系起来。该应用程序已连接到 Triple Zero (000),并允许维州救护车服务在救护车途中的首发的关键几分钟内提醒当地的 GoodSAM 响应者在紧急情况下提供帮助。现在,GoodSAM 对任何有信心并愿意执行CPR和使用 AED 的成年人开放。

自 2018 年启动 GoodSAM 以来,由于 GoodSAM 响应者的行动,许多邻居、陌生人和朋友的生命得以挽救。

维州救护车服务会籍



问题 Centrelink 养老金领取者优惠卡和医疗保健卡是否涵盖救护车运输费？

持有养老金领取者优惠卡或医疗保健卡的维州人都有资格在澳大利亚各地享受免费的救护车服务。

在所有情况下，必须出于医疗需求，方可提供运输到最近且最合适的医疗机构。

有一些例外情况：

- 从私人医疗机构进行运输（私人机构可以选择将费用转嫁给您）。
- 联邦老年人健康卡（Commonwealth Seniors Health）不包括救护车服务。
- 由于社会或便利原因（例如选择自己的治疗地点）而使用的运输服务。
- 另一方负责付款（例如TAC, WorkCover）。

维州救护车服务会籍可在您的保险基金无法为您的服务支付的情况下提供帮助。

维州救护车服务中心在运输时会要求您所持优惠卡的证明。因此，您可能会收到发票。您将需要联系维州救护车服务中心并提供证据。

该卡在运输时还必须有效的，否则发票将仍然由个人、医院或可支付机构负责支付，如救护车付款指南中所述。

问题 我的私人医保基金可以支付救护车费用吗？

私人健康保险公司根据其承保和不承保的范围制定了自己的条款和条件。

令人遗憾的是我们每天都会看到私人医保基金成员使用该服务，然后发现该基金的条款与条件未承保某些特定情况，例如空中救护运输或非紧急运输。

维州救护车服务中心建议您与您的保险基金联系，以确定您是否有足够的救护车保险。您可以通过以下网址 ambulance.vic.gov.au/membership 的常见问题解答找到更多信息和清单，以用作指导。

问题 我如何成为维州救护车服务会员？

您可以通过多种方式加入：

在线： ambulance.vic.gov.au

电话： 1800 64 84 84（提供翻译服务）

邮寄： 将申请表发送至：Ambulance Victoria, Po Box 278, South Melbourne VIC 3205。

澳大利亚邮政： 领取您的申请表，并在任何澳大利亚邮政分支机构的柜台付款。

可以从维州救护车网站上下载申请表，或通过电话 **1300 366 141** 索取申请表。

接下来呢？

问题 我在哪里可以获得 Call Push Shock 工具包？

如果您居住在维多利亚州，并且希望在您的社区中倡导无需认证的 Call Push Shock 计划，请联系 community.engagement@ambulance.vic.gov.au。

问题 Call Push Shock 工具包是否适合工作岗位需要 CPR 证书的人？

不可以，它不能代替个人履行专业职责所需的经认证的培训。如需获得认证培训，请联系您当地的急救人员。

请记得....

致电



按压



电击



**Ambulance
Victoria**



**Heart
Foundation**