

心肺复苏（CPR）操作流程与要点

一、操作前准备

1. 确认周围环境安全
2. 判断反应：呼叫“喂，你怎么啦？”同时拍肩部、判断意识是否丧失（口述：呼叫无反应）
3. 现场周围呼救：“快来人，有人要抢救，快打 120”；帮我寻找 AED）
4. 判断心跳、呼吸：触摸颈动脉搏动 5~10s。若不能确定动脉波动，按无搏动对待。同时观察有无胸廓起伏。（口述：未触及颈动脉搏动，胸廓无起伏）
5. 摆放体位：使患者仰卧硬质平面上、解开上衣，暴露胸部；施救者跪于患者右侧

二、操作过程

1. 胸外按压

- **部位**：胸部中央，胸骨下半部上（大约相当于正常人两乳头连线中点）
- **姿势**：两手交叉，掌根重叠放置按压部位，指尖抬起不触及胸壁。肘关节伸直，借助身体重力垂直向下按压，深度 5-6cm，然后立刻放松，按压与放松时间一致。放松时要使胸壁充分回弹，双手掌不离胸壁。

- **频率**：100-120 次/分；匀速按压

2. 开放气道：采用压额抬颏法（无颈椎损伤）或托举下颌法（有颈椎损伤）打开气道，使下颌尖、耳垂连线与地面垂直。打开气道后发现有异物给予头偏向一侧清理呼吸道。若无异物不要求常规清理气道，但应口述“口腔内无异物”

3. 口对口呼吸

- 施救者右手将患者下颏向上提起，左手拇指和示指放置于患者鼻孔两侧。吸气后，施救者将口唇紧贴并完全包住患者口唇，深而快地向患者口内吹气。吹气时指捏住鼻孔，呼气时放开鼻孔。
- 每次吹气及呼气各 1 秒钟，使患者胸廓向上抬起。每次吹气量 500~600ml

4. 胸外按压 30 次进行 2 次人工呼吸。完成 5 个循环。

5. 按压操作连贯性好，尽量减少中断（中断时间控制在 10 秒钟）

6. 判断复苏效果：呼叫并触摸颈动脉，（5 个观察指标：大动脉搏动、瞳孔对光反射、自主呼吸、皮肤颜色、意识，任意 2 个即可）。口述：“呼叫有反应，可触及颈动脉搏动，复苏成功”

三、操作后处理

1. 初级心肺复苏成功，整理衣物，将患者摆放复苏后体位。
2. 等待 120 到来或进一步高级生命支持。每 2 分钟进行一次判断；若未复苏继续 CPR。

四、职业素养（要融入整个操作过程中）

1. 动作连续、规范。
2. 体现爱护患者的意识