

新起点 新征程——写在省红十字会应急搜救队成立之时

9月26日,浙江省红十字会应急搜救队宣告成立,当天举行了首次搜救演练。这支省级红十字搜救队由新昌县和仙居县两支应急搜救分队组合而成,在此之前,他们就活跃在省内自然灾害和突发事件的救援现场,为保护人民群众生命安全发挥着重要作用。

哪里有灾难哪里有他们

新昌县应急搜救分队成立于2010年9月,由以新昌县登山协会会员为核心的红十字志愿者组成,是一支具备野外生存能力、紧急救护能力的队伍。救援队现有队员50余人,其中骨干20人。整个救援队分工明确,对内管理设有队长、副队长、秘书长,负责团队的运转管理;对外救援,分设信息指挥、技术搜救、紧急救护、后勤保障等4个专业技术小组,负责开展救援活动。

2013年10月,“菲特”台风使余姚遭遇了百年一遇的内涝。10月10日下午6点,名仕花园小区内水依然没过大人的小腿肚,却异常出现了100多位居民的身影。他们把裤腿卷到膝盖上,趟着水跑向小区门口的物业处,又急匆匆往来时的方向跑去。

“他们都是来充电的,这几天没电,很多人都和外界失去了联系,看得出都挺急的。有人才充几分钟就拔掉电话了,多半是报平安。”10月9日,新昌县应急搜救分队一行5人赶到名仕花园,在小区门口的物业处架起2台小型发电机,50多只接线板凌乱地堆放在桌面上,轮到充电的居民露出了久违的笑容。

据社区的居民介绍,他们这里地势相对较低,水淹严重,已停水停电了。自来水偶尔还会开通一下,但是供电设施一直没有恢复,手机、手电筒都已没电了。能看到家门口有一个移动电源供应点,真是非常开心。

除了参与“菲特”台风救援,新昌县应急搜救分队参与更多的是当地的山地救援。“新昌山多,是驴友

们青睐的探险之地”,救援队队长张鑫说,“我们不仅在游步道边设置了导视牌,还加强救援专业技能的训练,随时准备救助驴友。”

2012年11月,救援队赶赴温州雁荡山百岗尖搜救失踪的新昌驴友;2013年9月,仅用3个小时协助新昌县公安局在穿岩十九峰搜寻到了失踪的宁波驴友……在经历过数次的搜救行动后,一位队员感慨地说:“从一开始把户外运动当成爱好,到现在加入救援队,做红十字志愿者服务群众、服务社会,这个过程很有意义,也很值得骄傲!”

据不完全统计,近两年来救援队已组织各类活动27次,其中开展救援演练1次,参与救援行动3次,承办救援培训7次,救援交流活动4次,队内培训(训练)12次,服务人次超万人。救援队的事迹被省、市、县各级媒体争相报道,他们向社会展示了红十字户外救援队的正能量,树立了良好的社会形象。

行走在山崖间的战士

仙居县应急搜救分队成立于2011年3月,目前有队员127名,其中一线救援队员20名,搜救犬三只,主要为在台州境内及周边旅游登山遇险受困人员提供无偿救援,已承担救援保障任务32次,成功解救被困人员110人,获2013年台州市社会组织一等奖、2014年国际山地救援交流赛第三名,多次被新华社和中央电视台采访报道,是一支远近闻名、能征善战的山地救援力量。

仙居山水的精华在韦羌山,到仙居“驴行”的人,韦羌山是非去不可的。有些驴友不满足于游步道的平淡,喜欢挑战一些更高难度、没有开发的线路。如八角金盘,地形复杂险峻、四周悬崖壁立,极易迷失方向。

“山上有七八十条看似是路,其实非路的小径。”仙居县应急搜救分队队长方浙介绍,这么多“路”中只有四五条能通到山下,其余都是死



路。在这样的“八卦阵”中,难怪有那么多人迷失于此。或许越难就越有人挑战,仅2013年6月,山地救援队就上八角金盘救援3次。

方浙介绍,他们的救援行动一般都在夜间进行。“因为驴友比普通游客要专业一些,出行时会配备一定的装备。他们迷失方向、遇险,还会认为自己有自救的能力,进行一定的突围。直到天黑了,实在没办法,才发出来救信息。”

黑夜,在峭壁间行走,有时还伴着暴风雨、雪、大雾,面对如此恶劣的环境,尽管队员们拥有比普通人更强的能力,但每一次救援都比想象中要艰难得多,每次行动下来,都留有一定的遗憾。“每次救援对我们自身也是一项训练,希望下次能做得更好。”

“有意愿、有能力、有时间。”这是方浙对救援队成员们的要求,尤其是一线队员,除了保证技术和意愿,是否有时间在关键时刻加入救援是最重要的。在救援队队员中,有全国、省、市、县各级的攀岩冠军、特种兵,在职警察,交警,消防兵等。方

浙说,救援队队员几乎汇聚了仙居登山的顶尖人才。

这支队伍组建之后,还集中进行了12个科目的专业技能训练,包括攀岩索降、军事训练、紧急救护、地图判读、实践拉练、案例剖析、密林穿越、横渡演练、GPS应用、无线通讯等,并组织完成一系列的搜救演练活动,如仙居县淡竹乡原始森林搜救演练、2014“五·八”世界红十字日演练等。

仙居县应急搜救分队先后参与了临海紫沙岙搜救、宁波横溪搜救、括苍山搜救、木柁岗搜救等多次搜救活动,成功解救被困人员。这些实战搜救,不仅直接检验和提升了仙居山地救援队的搜救能力,还有力地保护了群众的生命安全。仙居山地救援队用实际行动赢得了地方政府和群众的肯定。

如今,这两支红十字应急搜救分队都走向了新的起点,将在省红十字会的领导下,积极参与省内外自然灾害、突发事件的紧急救援行动,为发展人道救助事业贡献力量。

(李伊平 王樱宽)

救护知识

编者按:面对突如其来的灾难,怎样逃生避险?在专业人员到来之前,怎么自救互救?面对呼吸心跳骤停的伤病员,在第一时间采取怎样的急救措施?面对日常及灾难中的危险,你准备好了吗?急救不仅是专业医生的事,更与我们每个人息息相关!

生活中不小心受伤出血了怎么办?

首先,用周围能找到的可用物品(如:干净的棉织品)按压伤口,以达到止血或减缓出血的目的。按压伤口,可帮助血液凝固,

并止血。如果出血严重,要尽快拨打120,或请他人帮助呼叫。一定要持续按压伤口,直到救援医务人员到达。

运动中发生骨折和扭伤如何急救?

日常运动中,一个不小心就有可能发生骨折和扭伤,面对这些突发状况我们该如何应对?

骨折的急救方法

首先判断是否骨折,查看伤处可有瘀血、肿痛,或者是否以不正常的姿势倒卧。情况严重时,查看是否有肢体畸形,或者开放伤口。

固定骨折,不要随意移动伤肢。可用软垫(如衣物、毯子等)包裹患肢并沿其轴线放平,但不要施加强力。保持固定位,等待救援到达。

如果伤处明显变形、有剧痛或自己不能行走,需要送医院救治,要确保伤处被妥善固定,直到救援

人员抵达。

拉伤和扭伤的急救方法

拉伤和扭伤是常见损伤,由身体某部位突然反常运动造成。会使我们感到疼痛,患处肿胀,以及在关节或肌肉周围出现淤青(皮下出血)。如果损伤关节,我们会很难移动患肢。

应对拉伤和扭伤,应记住RICE:休息(rest),不要移动或矫正患肢;固定(immobilize),固定患肢使其保持受伤时的体位;冷敷(cold),冰袋冷敷患处,可减轻水肿和疼痛;抬高伤肢(elevate),在不加剧疼痛的情况下抬高患肢。

烹饪美食被烫伤怎样正确处理?

烧烫伤发生时,应立即用流动的冷水冲洗烧烫伤部位以降低局部温度,至少冲洗十分钟。降温能减轻疼痛、水肿和结痂的危险。烧伤部位

降温越及时,降温时间越长,造成的损伤越小。如果需要进一步医疗处理,可以用保鲜膜或干净塑料袋轻轻盖住伤口,也可以不用覆盖伤口。

吃东西太心急食物卡喉咋办?

看到美食,忍不住加快吃饭速度,没来得及细嚼慢咽便吞下食物,美味卡在喉咙,面对气道梗阻,我们该如何应对?

如果患者是成人或儿童,我们应用力拍打患者后背肩胛骨之间的部位5次,以利于把卡在喉咙的东西排出来,然后再冲击按压患者腹部5次。拍打后背和腹部冲击交替进行,直到堵塞物排出。

腹部冲击的方法是站在患者身后,胳膊环绕患者腹部,双手互

相握持并攥拳,快速向内向上冲压患者上腹部(剑突到肚脐中间的位置),连续做5次。这就是海姆利克手法。

但小于1岁的婴儿不能用海姆利克手法。1岁以下的婴儿可以使其头低于胸部(头低脚高位),托住头和颈,给予5次拍背和5次胸部冲击,注意冲击的部位在胸部正中低于乳头连线处。重复拍打和冲击,直到堵塞物出来或者能听到婴儿哭声。

突遇心脏病发作如何挽救生命?

心脏病是一类比较常见的疾病,发病时如果不及时采取急救措施将产生严重的后果。危急关头,我们应如何挽救心脏病患者的生命?

心脏病患者在病症发作时可能会感觉到持续的压迫性胸痛,或者上臂、颈部、下颌、背部或者胃部出现孤立的难以描述的不适感。这种疼痛是因心肌供血被阻断造成的,且休息后不能缓解。这时,患者

必须尽快获得医疗救治,应尽快拨打120,或者请别人帮忙拨打。

身边的人应该让患者处于舒服的姿势,例如坐在地板上,靠在墙上或椅子上,这样能减轻心脏的张力。一旦患者晕倒,坐在地板上还可以减少伤害。如果有阿司匹林并且患者不过敏,可以给他们服用阿司匹林。另外,在等候救护车时,应不断安抚患者。(本报整理)

生活百科

秋天进补莫过度

俗话说,一夏无病三分虚。经过夏天高温的消磨,兼之吃得比较清淡,难免会感到身体虚弱,因此不少人入秋后就考虑到进补了,这无可厚非。但需要注意,“秋宜平补”是秋天食养食补的一个基本原则。凡事有度,秋季进补要循序渐进,适可而止,否则会适得其反,产生以下三弊。

其一,此时人体消化功能较差,马上进补难以消化的食物,尤其是大量进食各种肉食,可增加脾胃负担,影响脾胃的正常功能,影响食物的消化吸收,出现恶心、食欲不振、伤食、腹泻等症状,这就是所谓的“虚不受补”。因而在进补时,应以不伤脾胃为原则。

其二,秋天燥气主令,人体常常出现口唇、鼻咽干燥,干咳,皮肤干裂,大便秘结等表现,即所谓“秋燥”。此时若大量进食肥甘厚味,可生湿化热,尤其是煎炸烧烤之类的

食品,不仅损伤脾胃,还会助“燥”为虐,加重秋燥。

其三,进补过度,极易发体,特别是在秋季。这是因为,受自然气候影响,人体呈冬胖夏瘦的规律。到了秋天,能量代谢相对稳定,脂肪细胞逐渐积聚,人体趋向肥胖。若不加控制,很容易导致脂肪细胞“回溯”,使体重增加。

秋天进补要掌握适度的原则,可适当增加营养物质的摄入,选择既有营养又易消化的食物,重点是蛋白质和碳水化合物等。前者如鱼、瘦肉、鳖肉、乌骨鸡、禽蛋、奶制品、豆类等;后者如藕、山药、芡实、红枣等。尤其是后者,不但含有丰富的碳水化合物,而且能调养脾胃,补而不腻,可谓一举两得。另外,还可选配一些滋阴润燥的食物,如芝麻、核桃、蜂蜜、百合、银耳等,这类食物均含有丰富的营养,对人体非常有益。(宁蔚夏)

百姓故事

湖州埭溪好心人捐献造血干细胞 一直瞒着家人,不想让他们担心

9月15日下午1点25分,浙江省中医院。来自湖州市吴兴区埭溪镇的茅小明看着自己捐献的造血干细胞被放入容器,准备送往河南省肿瘤医院移植给一位白血病患者,脸上露出了会心的微笑。这位瞒着家人悄悄捐献造血干细胞的好心人成为湖州市第5位、全省第203位捐献者。

9月15日上午,笔者抵达省中医院造血干细胞捐献病房时,茅小明已开始捐献了。病床上的他双臂插着管子,表情轻松。“没什么特别的感觉,就跟献血差不多。”茅小明说,“我是9月11日来到杭州,接受捐献前的一些准备工作,住在这里的几天我心里有点忐忑,因为一直瞒着家里人,不想让他们担心。”

茅小明的家在湖州市吴兴区埭溪镇,他自己则在湖州开发区的宝

帛制衣有限公司上班,平时一星期回家一次,住在杭州的这5天,家人一直以为他在厂里上班。茅小明说,从2009年开始他每年坚持献2次血,每次400毫升。去年3月,他加入了中国造血干细胞捐献者资料库,成为一名志愿者,没想到短短一年多时间,他就与一名白血病患者配型成功了。“我爱人知道配型成功这事,但不知道具体什么时候捐献。”茅小明说,“她总是担心会影响身体,对我捐献有很大的顾虑,所以干脆就没跟家里人讲。”

直到14日晚上,茅小明才给妻子打电话说出了实情,“我告诉她捐献造血干细胞并不会影响身体健康,这几天我也亲眼看到了别人捐献的全过程,她拗不过我,也就同意了。”茅小明配型成功这件事,还一直瞒着厂里,他总是利用休息时间去接受体



检等前期工作,直到来省中医院要请假,才不得已说出实情。厂里领导知道后也非常关心和支持他的善举。

9月15日中午12点左右,准备接受茅小明造血干细胞的白血病患者所在医院的医生——河南省肿瘤医院的刘全生来到病房,带来了受捐患者的感谢信,从信里得知对方是一位一周岁宝宝的父亲,身材高大,体重有80公斤。茅小明拿着信对医生说:“能多采就多采一些吧,

我体重才58公斤,对方可有80公斤呢,应该需要多一点干细胞。”

根据患者情况,医生采集了茅小明的240毫升造血干细胞紧急空运至河南省肿瘤医院。9月15日晚,这些生命的种子已经移植给患者。湖州市红十字会秘书长郭建根介绍,“骨髓移植是治疗白血病常用的有效方法之一,茅小明的善举将给患者带去重生的希望。”

(杨新立)

9月22日下午3点,王兵被推进手术室,鄞州二院、宁波李惠利医院的医生摘取了他的两个肾脏、一个肝脏。当即,王兵的肾脏和肝脏被送往宁波的两家医院,那里有3名患者正在等待手术。“需要肾脏的一般是尿毒症患者。1个肾脏能救活一个人,王兵的一对肾脏能给两个家庭带去希望。”鄞州二院器官捐献联络员介绍。

当天,王兵被从手术室推出来。王伦春拿出从贵州带来的一套衣服,给儿子换上。“在我们老家,有这样一个风俗,要给他从头到脚换上新的,希望他有个新生。”(杨敏)

“我见到儿子的时候,他已不会动了。”王兵的爸爸王伦春说,第二天医生告诉他们,王兵已经“无自主呼吸,救不活了”。“房子造起来了,本来等着他回家娶媳妇,没想到会这样……”当天,医生和几个侄子介绍器官捐献,王伦春夫妇听后痛苦地考虑了一宿,“既然救不活了,能帮到人就去帮吧,还能在别人身上留下个念想。”

出个名堂。很快,他在一家工厂做起了保安。

然而,9月16日凌晨下班回宿舍的路上,王兵突遇车祸,造成重度颅脑损伤、胸骨骨折、脊柱骨折。余姚市人民医院马上实施了颅脑手术,但术后王兵一直在ICU(重症监护室)观察。

9月17日,王兵的爸爸、两个姐姐及其他家人匆忙从贵州赶来。