

健康福建
科普先行
福建省卫健委 联合出品
海峡都市报

预防溺水 安全度夏

做好积极预防,掌握必要的急救技能,可以尽量避免伤害的发生

夏日炎炎,不少家庭选择到有水的地方消暑,然而安全隐患也随之而来。每年暑期,都有儿童青少年溺水事件发生。掌握溺水知识,防患于未然,才能安全一夏。

远离危险区域 做好预警预防

溺水风险最高的年龄组有两个,一是1~4岁的儿童,主要是由于无意落入水中;另一群体是青少年和年轻人,主要原因是落入自然水体中。

对于婴幼儿,由于缺乏

对周围环境危险性的判断,其可能溺水的场所在日常生活中,因此,应及时清除水桶、脸盆、浴缸等储水容器的积水,用完后及时将水倒掉,监护人要加强对孩子的

看护,视线不要离开孩子,一旦意外发生,能及时施救。

对于学龄儿童,由于其活动范围扩大,溺水的高危地点也扩展到家的周围,主要是池塘、水渠、水库、水

井、小区亲水平台区域等。更大一些的青少年,发生溺水的区域可能扩大到江河、湖泊。家长应该加强预防溺水安全教育,禁止其独自或结伴到危险水域玩耍。



杰清/漫画

呼救取物 正确施救 冷静自救

正确施救:盲目救援会增加自身风险。一般建议接受过专业培训的人员,才可尝试进入水中进行救援,并避免单人盲目进入陌生水域施救。对于未经训练的人员应大声呼救,寻求周围更多人的帮助,同时拨打110、

119、120等求助;同时在不进入危险区域的情况下,尝试用桨或树枝伸向溺水患者;或者通过投掷绳子、浮标或任何漂浮物体给落水者,应做好防范避免被拉入水中。

冷静自救:不慎落水后,如果不具备游泳技能,

最重要的就是让自己冷静下来,尽量放松身体,试着让自己采取仰泳位,将头部后仰,让口鼻可以露出水面呼吸,双手和双腿有规律地划水,不要惊慌,保存体力,大声呼救,等待救援。同时仔细观察身边是否有漂浮

物,可通过漂浮物借力浮出水面,等待救援。

如果乘车落水,从落水车辆逃生的最佳时间是在初始漂浮阶段,即在入水后最初30秒~2分钟内,此时大多数车辆仍部分浮在水面上。

不要慌乱 快速判断 正确急救

将落水者救上岸后,第一时间判断落水者意识、呼吸、脉搏,根据不同反应,快速救治。

1.清醒者:陪伴、安慰、做好保暖,或到医疗机构观察治疗。

2.无意识但有呼吸者:保持气道通畅,清除口鼻腔异物。采用侧卧位预防呕吐误吸。同时做好保暖,持续观察呼吸状态,等待专业急救人员介入,不要进行控水,以防导致呕吐误吸窒息。

3.无意识、呼吸心跳停止者:立刻启动心肺复苏流程。相比于常规的CAB(胸外按压—开放气道—人工通气)抢救流程,由于低氧是溺水主要矛盾,因此最初的复苏应侧重于建立和维

持呼吸道通畅并提供有效的通气,推荐流程为ABC(开放气道—人工通气—胸外按压)流程。一旦建立复苏,此时尽早使用AED(自动体外心脏除颤器)可能是有益的。

落水急救常见误区:

1.溺水只会发生在户外不安全水域

只要液体达到阻塞呼吸道条件都可能发生溺水,应做好对未成年人的看护与安全教育。

2.盲目入水救援

盲目救援会增加自身风险,应根据自身水中救治技能选择是否入水,在保证自身安全下通过呼救、抛绳索、漂浮物等帮助落水者。

3.倒背姿势控水

溺水损伤的核心是窒息缺氧,急救的关键是第一时间恢复通气,任何

形式控水都会耽误宝贵的抢救时间。此外,进入溺水者呼吸道的水量通常不是很多,一般控出来的水是胃里的水,而胃里的水是不需要排出的。控水体位还会增加头部损伤风险。

4.腹部冲击

溺水复苏中,上呼吸道经常被水或呕吐物堵塞,应通过标准吸引技术而不是腹部推力来清除。

(本文由福建中医药大学附属第二人民医院陈斯昭撰稿)

打造三把“金钥匙”为平安机场助力

省公安厅机场公安局直属分局机场派出所建立“完璧”“圆镜”“冰释”三大机制,为旅客提供平安、舒适的出行环境

(上接A01版)



破镜重圆

离家老人平安回家

寻物有章法,面对走失人员,机场派出所也同样有自己的妙招——“圆镜”机制。

今年5月30日晚8点15分许,一位年迈的老人因家庭纠纷,独自离家,在机场不断寻求路人帮助,希望帮她购买去外地的机票,有旅客察觉异常,便报了警。可是,等民警赶到时,老人却十分警惕,不愿意与民警沟通。

“老人不配合,我们就另寻他法。”机场派出所教导员李太兵说,为了获取更多有效信息,他们让一名热心旅客与老人沟通,自称可以帮她购买机票,并在征得同意后,终于知道了老人的身份信息。利用这一关键线索,民警成功联系到了老人的儿子。原来,老人因家庭矛盾,未带手机,独自离家出走。

“‘圆镜’机制联系到



民警现场解答乘客出行问题

家属只是第一步,让走失人员平安回家,与家人‘破镜重圆’才是我们的最终目的。”李太兵告诉记者,老人家住宁德,他们通过机场“小螺号”平台,帮助老人坐上最快前往宁德的班车,并将车牌号、司机联系方式及预计到达时间等信息,告诉了老人的家人,确保平安到达。

“‘小螺号’平台是‘圆

镜’机制中的重要一环,它是我们为了更好地帮助旅客,主动联合候机楼商家、航空公司等单位组建的公益组织,可以及时为有需要的旅客提供帮助。”李太兵说。

记者了解到,去年以来,机场派出所持续深化“圆镜”机制,加强与相关部门合作,构建全方位搜寻网络,共帮助家属查找失联人员23人。

冰释前嫌

工人获薪安心返乡



机场派出所民警给工地工人发防诈宣传单

福州长乐国际机场区域以驻场单位、旅客、航空物流企业为主,特别是机场二期航站楼自2023年8月开始建设以来,涉及旅客、服务、劳资的纠纷也时有发生。

有矛盾,如何快速化解纠纷就显得尤为重要。机场派出所民警肖熹介绍,“冰释”机制就是为了更早、更好地调处矛盾纠纷,主动协调相关驻场单

位的业务主管部门,形成工作合力,推动妥善处置各类矛盾纠纷。

5月27日,机场附近的一处建筑工地项目部内,21名工人坐在项目楼梯口不肯离去。他们是省外来的务工人员,刚刚完成了土工等阶段工作,因为临近端午节,急于回家,就来到工地“讨薪”。

“企业在走流程结算工资,还需要一些时间,但

工人们觉得活做完了,就要马上结算工资回家。”肖熹告诉记者,得知情况后,他立即安排工人代表与项目业主方、总包方、分包商以及班组长座谈。最终,项目各方达成共识,由分包商先行垫付工资给工人们。这只是机场派出所化解纠纷的一个小小缩影。去年以来,在“冰释”机制的助力下,共稳妥化解各类纠纷151起。