



NHS

约克郡救护车服务
NHS 信托



如何进行心肺复苏术 (CPR)

心肺复苏术 (简称 CPR) 是一种简单的挽救生命的技术, 适用于心脏骤停的患者。
CPR 旨在保持血液和氧气在身体内流通, 接管心肺的工作。

1

确保安全

先检查四周是否安全, 不要因为帮助他人而导致自己深陷危险。



2

检查反应程度

轻轻摇晃患者的肩膀, 问他们是否能听到您的声音。



3

大声呼救

如果患者没有回应且没有呼吸或呼吸不正常 (检查时切勿将脸部靠近患者的脸部), 则他们处于心脏骤停状态, 您应该大声呼救。



4

拨打 999

拨打 999 并确保救护车已赶来。如果附近有除颤器, 您将被告知除颤器的位置以及如何使用。



5

用布盖住口鼻

如果您认为有感染风险, 请用一块布、毛巾或衣物轻轻盖住患者的口鼻。



6

开始手动 CPR

将双手放在一起并十指相扣, 把手放在患者胸部中央, 按照 Stayin' Alive (活下去) 或 Baby Shark (鲨鱼宝宝) 这首歌的节拍来快速下压。请继续手压, 直到专业人士到达或患者恢复意识。



7

使用除颤器

请参阅我们《如何使用除颤器》海报。



支持单位:

约克郡救护车服务慈善机构



慈善机构注册号: 1114106