

生命守护“救”在身边

魏村中学开展应急急救知识讲座

11月18日下午,常州公益助学联合会·现代快报邀请常州曙光救援队走进魏村中学,给学生带来了一堂集指导性和实用性于一体的应急急救知识讲座,让爱与安全的种子在他们心中生根发芽。



小记者实操心肺复苏术

生命只有一次,它既顽强又脆弱。在漫长的人生旅途中,我们难免会遇到一些生死攸关的时刻。在这些时候,我们需要寻求帮助或进行自救,那么我们应该怎么做呢?常州曙光救援队的讲师为我们提供了指导。

讲师从箱子里取出一个人体模具,它与真人一般大小,眼睛圆溜溜的,仿佛在注视着我们。讲师首先将它平放在我们面前的桌子上,然后告诉我们,在紧急情况下,如何在最短时间内救助伤者,以及我们青少年可以做什么。以下是八个步骤:1.呼叫伤员;2.拨打120;3.听呼吸声;4.抬颞仰头;5.清除口腔异物;6.松开衣物;7.进行人工呼吸;8.施行心肺复苏。

讲师演示完毕后,轮到我们实操。一名男同学大胆尝试,他立刻挺直腰板,开始按照讲师的步骤操作。他的勇气和认真态度让台下的我们深感敬佩。

八(1)班 赵雅婧

对于心脏呼吸骤停的患者,抢救的黄金时间仅有短短的4分钟。患者会出现意识丧失,大动脉搏动消失,可能伴有叹息样呼吸,脸色苍白等症状。

设想一下,如果身边有人突然倒下,我们首先应确保周围环境安全,然后检查患者是否清醒,并请旁边的人拨打120。在有能力的情况下,应立即对患者进行30次以上的胸外按压。接着,用手手指抬起患者的下颞,确保气道畅通,并进行人工呼吸。之后,使用AED(自动体外除颤器)进行急救,直到机器提示可以停止操作。以下是曙光救援队培训人员提供的指导。

随后,我们开始了实操练习。同学代表走上讲台,按照讲师的指导,顺利地完成了演练操作。讲师特别提醒我们,未成年人如果没有接受过专业培训,最好不要对病人进行急救,遇到紧急情况时,应立即拨打120求助。

八(1)班 李佳佳

嗨,大家好,我是小记者唐丽。今天我要和大家分享一项至关重要的急救技能——心肺复苏,它能在紧急时刻挽救生命。首先,将患者平躺在硬质平面上,解开其领口、领带、腰带等束缚,确保呼吸通畅。接着,进行胸外按压,找到两乳头连线中点的胸

骨位置,用掌根按压,深度5~6厘米,频率每分钟100~120次,保持持续、快速、有力按压。

在按压的同时,及时清理患者口中的异物,并使用仰头抬颞法打开气道,保证气道畅通。然后,进行人工呼吸,捏住患者鼻子,用嘴包住患者嘴缓慢吹气,看到胸部起伏即有效,每30次按压后,进行2次人工呼吸,如此循环。

这些步骤是心肺复苏的核心操作,简单却至关重要。希望大家都能掌握这项技能,因为在关键时刻,它可能就是拯救生命的钥匙。今天的分享就到这里,愿我们都能成为他人的守护者,传递生命的希望。

八(2)班 唐丽

令我印象最为深刻的是心肺复苏和人工呼吸的实操演示。讲师首先向我们展示了正确的心肺复苏方法,他着重说明了施救时的节奏和力度的重要性,并指导我们在不同情况下如何调整施救技巧。随后,他演示了人工呼吸的具体步骤和关键点,特别提醒我们在进行人工呼吸时,必须确保气道畅通,避免造成额外的伤害。

在人工呼吸的环节,讲师提出了四个关键步骤,并特别强调了重要原则:没有接受过急救培训的普通人,不应轻易尝试人工呼吸或其他复杂的急救措施。他的话让我深刻认识到,虽然知识重要,但更关键的是了解自己的能力和界限。在紧急状况下,最要紧的是迅速拨打120求助,而不是盲目地进行施救。

活动结束后,讲师通过实际案例和操作演练,让我们深刻感受到了急救知识的重要性和生命的宝贵。

八(5)班 怡丹 指导老师 徐辉

“心脏骤停后的每一秒都至关重要,黄金抢救时间仅有短短四分钟。”在这生死攸关的时刻,正确实施心肺复苏(CPR)就如同在黑暗中点亮希望的火光。导师的话语如同重锤,敲打着我们的心灵,让我们深刻体会到时间就是生命。

随着实操演示的展开,同学们的热情被重新点燃。导师双手交叠,准确找到按压点,有力且节奏均匀地按压着模拟人的胸部,每一次按压都伴随着清晰的计数

声。他强调,按压深度至少需达到5厘米,以保障心脏得到足够的推动力。随后,导师演示了人工呼吸的步骤,轻轻抬起模拟人的下颌,捏住鼻子,深吸一口气,然后缓缓吹入,直到模拟人的胸部微微隆起,动作流畅而稳定。

在导师的耐心指导下,我们依次上前进行实操练习。我心中暗想,如果未来遇到类似的紧急情况,我也能够这样冷静应对。

八(5)班 李宇晨 指导老师 徐辉

救护员强调,当发现有人晕倒在地时,首先要保持冷静,确认周围环境的安全,请周围的人迅速拨打120急救电话,并请其他人取来自动体外除颤器(AED)。表明自己的身份,如“我学过急救”,先贴近他轻拍重唤检查意识,开始进行心肺复苏(CPR)。CPR的基本步骤包括检查意识、呼吸,然后进行胸外按压和人工呼吸。在这个过程中,每30次按压应配合2次人工呼吸,而按压的频率应保持在100~120次/分钟。配合AED的使用,AED俗称“傻瓜机”,使用时会有语音提示,救援者只需按提示操作。如果找不到AED,可打开百度搜索AED,会有周围分散的AED的地图。急救应尽早实行,患者存活概率才越大。

八(5)班 张雯娟 指导老师 徐辉

随着心肺复苏讲解环节的展开,曙光救援队队员们借助人体模型,将正确的操作流程一一展现。从评估现场环境的安全性,到判断患者的意识与呼吸,再到胸外按压的位置、频率、深度,以及人工呼吸的方法与比例,每一个步骤都被讲解得细致入微。同学们聚精会神地聆听,不少人跟随队员们的示范动作,在台下认真模仿练习,仿佛每个人都在为生命而战。

讲解结束后,一位勇敢的同学走上讲台,在曙光救援队队员的指导下,尝试进行心肺复苏操作展示。当台上同学完成一系列操作后,曙光救援队队员对他的表现给予了肯定与点评,同时也指出了一些需要改进的细节之处,比如按压时手臂的姿势可以更加标准,人工呼吸时呼气的力度要适当控制等,让同学们对心肺复苏的正确操作有了更深入的理解。

八(5)班 吴田田 指导老师 徐辉

解密山川经纬 践行测绘智慧

雪堰初级中学开展测绘主题科普活动

11月9日下午,雪堰初级中学的学生来到常州市新北自然资源和规划技术保障中心的新北测绘科普教育基地,在基地科普老师的带领下一同走进测绘的世界。



科普中心工作人员为大家讲解测绘知识

在新北测绘科普教育基地的探索中,我们重温了等高线的概念。等高线互动沙盘通过沙堆的起伏,生动地展现了山丘、雪山、盆地等地貌特征。当我们轻轻捧起沙子,再缓缓洒下,原本的海域变成了绿地,沙子堆积的高度增加,突然间,一个红点出现,象征着“熔岩”的爆发。讲解员告诉我们,如果堆得更高,还能看到雪山。我们兴奋地加快了手上的动作,不一会儿,白色取代了红色,我们在记住知识的同时,也体验到了满满的成就感。

这次旅行中,我了解到常州是唯一一个东经120度线穿越城区的城市,而全空间信息系统能够实现室内空间的精细化管理,其应用前景非常广阔。

八(5)班 郭群 指导老师 王炜杰

来到科普基地,首先映入眼帘的是长测程全站仪。2020年,测量人员正是利用它精确测量出了珠穆朗玛峰的高度。这双“常州眼”产自常州迈拓光电技术有限公司,它的测量距离最远可达20千米,就像一把特殊的尺子。它在珠峰的六个交会点上工作,通过精密计算得出了相关数值。听到这里,我们不禁对这双“火眼金睛”赞叹不已!

随后,我们参观了各种探测器,它们都用于测量土地面积。我国历代君王对王朝土地面积的重视是毋庸置疑的。经过数千年的发展,从“秋海棠叶”到“雄鸡”,国土经历了诸多变迁。至今,我国的陆地面积约为960万平方千米,水域面积超过470万平方千米,这些数据都是通过相关仪器精确测算得出的。我们应时刻注意使用正确的国家地图,避免使用不规范的地图。

八(5)班 秦子淇 指导老师 王炜杰

跟随解说员的脚步,我们先后了解了国家测绘历史、机构所得奖项、测绘仪器以及测绘的运行道理。在解说中我们看到了测绘仪器的新旧交替,测绘技术的不断精进,测绘机构的不懈努力和测绘精神的传递。解说员告诉我们真正的、完整的地图是不会漏过任何领土的,即便有些土地在地图上微小到几乎看不见,但你在绘制地图时也不能将它舍去,因为它也是祖国的一部分,我想这就是测绘的魅力。

八(6)班 何苏雨 指导老师 王炜杰

来到科普基地,我仿佛踏入了一个充满科技与智慧的世界。这里通过多样化的展示手段,将测绘科技的魅力展现得淋漓尽致。在珠峰

测量展区,我身临其境地感受到了珠峰测量的艰辛与荣耀,对测绘人员的敬业精神和专业水准深感敬佩;在测绘仪器陈列区,丰富的地图展示了从古至今的测绘成果,让我深刻体会到测绘技术在国家版图管理中的重要性;在民生应用与现代测绘技术展区,我看到了测绘技术在城市规划、交通建设、环境保护等方面的应用,深刻体会到测绘技术对改善民生的积极作用。

八(6)班 乔广璋 指导老师 王炜杰

在讲解员老师的带领下,我们逐一参观了测绘馆的各个展区。展馆按照序厅、图说高新、版图意识、基础测绘、民生应用、测绘前沿和未来测绘等主题内容进行布局,全面展现了测绘技术的发展、应用及其重要作用。我们了解了从传统测绘工具到现代测量技术的演变,从简单的地图绘制到高科技的地理信息系统的进步,每一步都让我们眼界大开。

馆内最具标志性的互动体验项目是等高线沙盘。只需轻轻一推手,沙盘上就会呈现出不同的颜色,直观地展示出地图上的山川、平原和海洋的位置。我们兴奋地观察着沙盘上的变化,不时发出惊叹,感受到了地形起伏的奇妙和魅力,同时对等高线这一地理概念有了更深入的理解。

八(6)班 曹佩龄 指导老师 王炜杰

进入中心后,工作人员要求我们戴上耳机,随即开启了讲解之旅。首先映入眼帘的是各种分布图,转过头,满墙的荣誉证书令人赞叹不已。讲解员的介绍让我了解了多种测试仪器,如地平经纬仪、象限仪、经纬仪等。一排排精密的仪器让我深刻感受到测绘工作的严谨与重要。

走到外面,一座高耸的铁架引起了我的注意,原来是觇标。它是设置在三角点或精密导线点上,供观测使用的标架,高度从数米到数十米不等。根据变形测量精度的要求,视线长度增加,因此觇标的形状、图案、色彩及光泽都需要精心选择。随后,我看到了日晷。

测绘作为与律历、疆界、河工、田赋等国家管理领域密切相关的专业,其应用广泛渗透于国民经济和社会发展的各个领域。我国正从“测绘大国”向“测绘强国”迈进,我们坚信,在全面推进中国式现代化江苏新实践的征途上,“新北测绘”将承担起新的历史使命,谱写新的辉煌篇章。

八(6)班 徐奕婷