

——市民买酱油路过馄饨店 用海姆立克急救法救了一条人命

# 这个急救『绝招』关键时刻派上了用场

5月2日下午2点左右，人来人往的依仁路闹市区，一名男子因食物卡住气道，出现窒息。紧急时刻，路过此处的市民陈桂宁伸出援手开展急救。因为及时获得救助，男子脱离生命危险，现场向热心市民表示了感谢。

记者了解到，异物卡住气道的情况，在生活中不时会出现。医生介绍，紧要关头，正确的施救方法能快速让遇险者脱离危险。因此，平时学一些“绝招”，关键时刻能自救或救人。

## 食物卡住呼吸道 男子出现窒息

回忆起5月2日下午那一幕，曾参与急救的甘桂枝仍能感觉到紧张。

甘桂枝是依仁路附近阿甘桂林老字号天忠馄饨店的老板娘。事发之前几分钟，一名男子和他的妻子、丈母娘以及两个女儿走进店里，手里提着蛋糕，点了馄饨、炒粉和米豆腐。男子穿着深红色上衣，看上去40多岁，和家人一起坐在甘桂枝不远处就餐。

“吃着吃着，他突然浑身僵直，用力攥着桌子抽搐起来。”甘桂枝被吓了一跳，但很快意识到他应该是被食物卡住了呼吸道，窒息感让他剧烈挣扎，运动鞋都蹬掉了。

当时，店里还有其他客人，但大家没有贸然行动，而甘桂枝和男子的妻子用手搀扶着男子，防止他摔倒。

事发时，附近居民黄女士等人正在巷子里聊天。被馄饨店里的情况惊动，她赶到店门口查看。黄女士说，男子的丈母娘带着两个看上去五六岁的女孩坐在板凳上急得大哭。男子挣扎时抓伤了甘桂枝手背，她没有松手，反而是安慰男子的妻子不要慌张，扶稳他的身体。

在此期间，甘桂枝的儿媳拨打了120急救电话。

“大家都在为他的生命争分夺秒。”黄女士告诉记者，在等待救护车期间，有人跑到社区居委会找人帮忙，有人骑电动自行车到派出所求助，有人维持着现场秩序，还有人提醒甘桂枝不要贸然移动男子身体，避免造成二次伤害。

此时，男子的状况很不好，脸色出现明显变化，喘不上气，挣扎的力度也小了。甘桂枝急得满头是汗，只能稳稳扶住他。

## 用海姆立克急救法 市民救了他的命

紧急关头，外出买酱油返回的附近居民陈桂宁路过馄饨店，看到了现场一幕。他立即向甘桂枝询问男子的情况，得知是食物卡住呼吸道窒息后，主动向男子家属表示，自己可以对男子进行急救。

得到家属允许后，陈桂宁立刻用海姆立克急救法对男子进行急救。陈桂宁让男子坐在凳子上，从背后环抱住男子，一手握拳，拳眼对准男子肚脐上面一点，另一手握紧此拳，快速向内、向上用力冲击其腹部。

陈桂宁在紧张时刻努力进行急救，很快就冒汗了。好在没多久，男子的嘴巴里突然吐出了一些异物。陈桂宁没有放弃，继续施救，直到男子逐渐恢复了呼吸，才叫来一旁的甘桂枝儿子帮忙，自己则骑电动自行车前往附近的社区医院，请医生来帮忙。

陈桂宁从社区医院返回时，救护车已经到达了现场。此时，男子已经恢复了意识，能够站立行走了。

6日，记者从2日的监控视频中看到，下午2点01分左右，陈桂宁进入馄饨店。大概过了4分钟，陈桂宁走了出来，骑电动自行车往社区医院方向驶去。2点08分左右，他返回现场，看到窒息男子已经恢复后离开。2点17分左右，男子和妻子走出来，在门口坐了一会，向众人道谢，之后离开现场。

白龙所-依仁路北巷...



1:22

↑路过事发现场附近的陈桂宁。  
(监控视频截图)



↑市民黄女士介绍事情经过。  
记者刘净伶 摄

## 延伸阅读

## 平时学学这些招 关键时刻能自救或救人

记者了解到，陈桂宁是桂林市市场监督管理局干部。他说，单位曾组织培训，教过海姆立克急救法，自己也在网上学过。“当时的情况很危急，我刚好路过，就帮了个忙，其实也没什么。”

桂林市人民医院急诊科副主任熊利明说，被异物堵塞呼吸道是非常危险的。人需要一直保持畅通的呼吸，如果呼吸道堵塞，就会导致呼吸困难、大脑缺氧等情况，4-6分钟就有可能造成不可逆的脑损伤，如不施救可能短时间内死亡。海姆立克急救法是一种清除上呼吸道异物堵塞的急救方法，“看科普视频自学或参加急救技能培训都可学会，关键的时候能用于对他人急救和自救”。

熊利明说，通常的海姆立克急救法是施救者站在遇险者的后方，双臂环抱其上腹部，一手握拳顶住其上腹中部，另一手掌覆盖在拳头上方，用力向后收紧双臂，挤压其腹部，直到异物排除。如未能成功，遇险者昏迷，立即进行心肺复苏。如果身边没有其他人帮助，还可以用海姆立克急救法自救。被噎住的人可以寻找一个固定物体，例如桌子、椅子、栏杆等，站在物体的边缘，用边缘挤压上腹部，快速地向上冲击，以起到排除异物的作用。

市民如果不确定遇险者具体情况或者没有把握，不贸然移动对方身体是对的。熊利明说，突发意外或疾病有很多种可能，最基本的急救常识是先立即拨打120急救电话求助。如果遇到有人疑似昏迷的情况，可以先靠近试着与对方交流，判断对方是否有清醒的意识。如果清醒，等待120救援就可以了；如果昏迷，可以观察昏迷人员的胸廓是否随着呼吸而起伏，触摸颈部动脉看是否有脉搏。这些重要的生命体征可以反馈给接听120急救电话的工作人员，能起到关键性的救命作用。如果掌握心肺复苏急救技能，在判断出患者昏迷且没有呼吸和脉搏时，可以立即给予心肺复苏，直到医务人员的到来。

熊利明说，对于一些只是昏迷，呼吸脉搏仍然良好的病人，如老年人因脑血管疾病导致昏迷，为了防止误吸，可以帮其采用复苏体位（侧卧的体位），等待120急救人员到来。

记者刘净伶