

红十字简报

第 12 期

香格里拉市红十字会

2025 年 7 月 20 日

香格里拉市红十字会开展 2025 年救护员持证培训

为深入贯彻“人民至上、生命至上”理念，落实《健康中国 2030 规划纲要》中“加强全民急救能力建设”要求，香格里拉市红十字会于 7 月 12 日至 17 日开展 3 期红十字救护员持证培训。

本次培训聚焦“标准化、规范化”，吸引来自户外徒步领队、企业安全员、普通市民等 100 名学员参与，经理论考试与实操考核，100 人顺利取得《红十字救护员证》（初级）。



本次培训严格遵循中国红十字会《红十字救护员培训教学大纲》，围绕“黄金4分钟”核心目标，设置“理论+实操”两大模块，重点强化学员“会判断、会呼救、会施救”的核心能力。

市红十字会资深讲师结合真实案例，系统讲解红十字运动基本知识、心肺复苏（CPR）操作原理、创伤止血包扎技术、气道异物梗阻急救（海姆立克法）、AED（自动体外除颤器）使用等核心内容。针对“常见急症识别”（如心梗、中暑、晕厥）和“意外伤害应对”（如烧烫伤、骨折固定），讲师通过图文、视频辅助教学，帮助学员建立“快速判断—科学处置”的思维逻辑。



实操强技：练熟“救命动作”

学员分组开展“手把手”实操训练。讲师全程指导，重点纠正“按压深度不足”“开放气道不规范”“包扎松紧度失衡”等常见问题。例如，在心肺复苏环节，学员需反复练习“30次胸外按压+2次人工呼吸”的标准循环，直至动作达标（按压频率100–120次/分，深度5–6厘米）；创伤包扎环节，针对不同部位伤口（如手臂动脉出血、头部外伤），学员通过三角巾、绷带实操，掌握“加压包扎法”“止血带使用法”等实用技巧。

本次培训是香格里拉市红十字会 2025 年“全民急救能力提升行动”的重要一环。培训结束后,学员们纷纷表示“干货满满、受益终身”。

下一步,市红十字会将持续推进急救知识“进机关、进社区、进学校、进企业、进农村”培训计划,推动“人人学急救、急救为人人”的社会氛围,为健康香格里拉建设注入“红十字力量”。

