

本地研究显示

# 简易版心肺复苏术 无需嘴对嘴更有效

林静雯 报道  
limjw@sph.com.sg

本地研究显示，无需嘴对嘴人工呼吸的简易版心肺复苏术，在挽救患者性命时或比标准版心肺复苏术更有效。

这项长达三个月的研究，把过去两年未学习心肺复苏术的77名研究参与者分为两组，一组学习标准版，一组学习简易版心肺复苏术法。

简易版心肺复苏术

无需进行嘴对嘴人工呼吸，重点是教导公众以更简单的方法找出进行胸外按压的部位。

## 学习时间 只需1小时

简易版的学习时间只需一小时，标准版则需四小时。

负责该研究的新加坡中央医院紧急医学高级顾问医生林瑞汉副教授接受《海峡时报》访问时说：“嘴对嘴人工

呼吸实际上比胸外按压困难，有些人也因卫生问题，不喜欢进行人工呼吸。”

他指出，33名学习标准版心肺复苏术的研究参与者中，有13人在两个月后的测试并未进行人工呼吸。

即使进行人工呼吸，也有超过一半的参与者将肺部过度充气或充气不足。

此外，林瑞汉副教授表示，心脏病发作导致患者心脏跳动频率混

乱，并停止有效供血时，人工呼吸对生存率的影响也较小。

他说，患者心跳骤停的首几分钟里，血液里仍有相当浓度的氧气，因此通过胸外按压让心脏再次正常跳动更为紧迫。

但由于这是项小型研究，从整体来说简易版心肺复苏术是否真的比标准版更有效还有待进一步确认。

卫生部入院前护理急救单位主任王英福副



卫生部入院前护理急救单位于2014年推出的速成先遣急救员培训计划，通过视频与示范，在一小时内教导人们简易版心肺复苏术，和使用自动心脏除颤器的方法。（档案照）

教授则认为，学习简易版心肺复苏术并不足

逾7万人已学习

自速成先遣急救员培训计划在三年前推出后，目前已有7万1000人在该计划下学习简易版心肺复苏术。

速成先遣急救员培训计划 (Dispatcher Assisted first Responder, 简称DARE) 是由卫生部的入院前护理急救单位在2014年推出。

DARE计划通过视频与示范，教导公众如何进行简易版心肺复苏术，以及使用自动心脏除颤器 (automated external defibrillator, 简称AED)，为心脏骤停患者进行急救。

自今年8月起，所有中一学生也须通过DARE计划学习简易版心肺复苏术。

这也是全国保家安民计划 (SGSecure) 及社区紧急应变计划下的项目之一。

追新闻·谈新闻  
上晚报 facebook

facebook.com/lianhewanbao



也是中央医院紧急医学高级顾问医生的他，对游泳时发生心跳

骤停而溺水的患者来说，嘴对嘴人工呼吸仍是个重要步骤。

够，人们还需提升自身救生技能。