

## 2019 新版游泳救生员——心肺复苏

| 分 类            | 考核内容及分值        | 考核要点                                                                                                                                                                                                                                 | 扣分标准                                                                                                           |
|----------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.<br>判断<br>意识 | 环境安全, 1 分      | 环视四周, <b>“施救环境安全”</b>                                                                                                                                                                                                                | 未口述环境安全, 扣 1 分                                                                                                 |
|                | 判断意识和呼救<br>4 分 | <b>“判断意识”</b> 轻拍溺水者双肩同时大声呼唤。 <b>“朋友您怎么了, 能听见我说话吗? ——无意识。”</b><br>举手示意并高声 <b>“快来人, 这里有人溺水, 请拨打 120, 拿 AED 到现场, 启动应急预案”</b>                                                                                                            | 未拍打溺水者肩膀, 扣 2 分<br>未启动应急预案, 扣 2 分                                                                              |
|                | 判断呼吸, 2 分      | <b>“判断呼吸”</b> 眼睛观察胸腹部是否有起伏, 判断时间 5-10 秒 <b>“1001—1007” “无呼吸”</b>                                                                                                                                                                     | 未判断呼吸或时间不足(超过), 扣 2 分                                                                                          |
|                | 摆放体位, 1 分      | <b>“摆放体位”</b> 双手触溺水者 <b>肩、髌、腿</b>                                                                                                                                                                                                    | 体位错误或体位摆放不正确, 扣 1 分                                                                                            |
| 2.<br>开放<br>气道 | 清理口腔, 1 分      | <b>“清除口腔异物”</b> 一手扶额头, 另一手食指、中指清理                                                                                                                                                                                                    | 未清理口中异物或没有口述“没有异物”, 扣 1 分                                                                                      |
|                | 开放气道, 4 分      | <b>“打开呼吸道”</b> 一只手掌下压前额, 另一只手食指、中指上抬下颌骨, 将头部后仰。                                                                                                                                                                                      | 打开手法错误, 扣 2 分<br>头部后仰位置错误, 扣 2 分                                                                               |
| 3.<br>人工<br>呼吸 | 口对口吹气, 4 分     | <b>“口对口吹气”</b> 用压额手的拇、食两指捏住溺水者鼻翼, 张开口包裹溺水者的嘴, 通气至胸部隆起。吹气后应与溺水者口部脱离。口对口吹气 2 次, 每次通气应该维持大约 1-2 秒。                                                                                                                                      | 吹不进气, 扣 4 分; 方法不正确, 达不到通气结果, 漏气扣 2 分;<br>方法正确但达不到通气结果, 扣 2 分; 吹气时间不足或通气过度, 扣 2 分。                              |
| 4.<br>胸外<br>按压 | 胸外按压, 22 分     | <b>“胸外定位按压”</b><br>部位: 两乳头连线与胸骨中线交叉点, 即按压点。<br>姿势: 双手交叠, 十指相扣, 双肘关节伸直, 用掌根部按压; 以髌关节为轴, 身体重量垂直下压, 压力均匀, 每次按压后胸廓充分回弹, 掌根不能离开胸壁。<br>胸外按压 30 次, 按压通气比例 30:2, 按压频率 100-120 次/分, 按压深度 5-6 厘米。按压与放松的比例为 1:1。<br>数: <b>“1、2、3……28、29、30”</b> | 按压部位不准确, 考核不能通过<br>按压动作错误, 扣 3 分<br>按压通气比例, 错误扣 3 分<br>频率错误扣 5 分<br>深度错误扣 5 分<br>未充分回弹, 扣 3 分<br>掌根离开胸壁, 扣 3 分 |
| 5.<br>评估       | 重新评估, 1 分      | <b>“重新评估。检查意识。”</b> 手拍双肩 <b>“朋友您怎么了, 能听见我说话吗?”</b> 俯卧看胸口有无起伏<br><b>“判断呼吸, 1001-1007。” “此人已恢复意识呼吸”</b> 30 次胸外按压, 2 次口对口通气为一个循环, 完成 5 次循环(约 2 分钟)后重新评估。                                                                                | 考评员未示意结束, 自行停止, 视为未完成。                                                                                         |

注: 未完成全部考核流程, 心肺复苏零分。分值——40 分, 考核形式——实操。

2(2 次救命气) + 5 (组) X 30(按压) : 2 (吹气) + 评估 ; 5 X 30:2 + 评估; ……