

香港文匯報訊（記者 郭若溪 深圳報道）「若發現有人溺水，且呼吸心搏驟停，需立即進行心肺復甦，這時擁有基本的急救技能非常重要。」近期，內地多地暴雨天氣頻發，洪澇災害成為威脅民眾生命財產安全的一大隱患。掌握正確的急救技能，能在關鍵時刻為生命保駕護航。香港文匯報記者從深圳市急救中心獲悉，「2025年免費公眾急救課程（培訓）」共推出10,980個免費公益培訓名額，一經放出就被一搶而空，8月起新增的10個臨時教學點場場爆滿，更有不少香港居民專程北上參訓，一場「人人學急救」的城市安全行動正火熱上演。

「按壓深度控制在5至6厘米之間，頻率維持在每分鐘100到120次，並注意觀察患者的胸部起伏情況……」8日上午9點，位於羅湖清水河的中海慧智大廈培訓教室裏，60名學員分成5組，正圍在心肺復甦模擬人周圍，認真進行實際操作練習。由深圳市急救中心認證的專業培訓導師，佩戴擴音設備，在學員間來回走動指導，不時俯身糾正動作：「這位先生，請注意手臂要繃直，用上半身的重量垂直向下按壓，而不是單純使用手臂力量衝擊。」

高仿真環境實踐操作

「急救培訓的內容涵蓋溺水急救、觸電急救等多個方面。通過學習，我們不僅掌握了實用的技能，還增強了應對突發災害的信心。」32歲的白領陳雨菲學得格外認真，她的女兒去年在幼兒園被鞦韆撞傷額頭，「當時我只會用紙巾按住，要是早學會這些，就能處理得更規範。」課堂上，像她這樣的家長佔比超六成，不少人帶著筆記本認真記錄。

香港文匯報記者在現場看到，急救課堂形式靈活多樣，採用情景模擬、案例分析、實操演練等多種教學形式。實操環節會設置模擬溺水、火災、交通事故等場景，讓學員在高仿真的環境中運用所學急救知識進行實踐操作，提高應對實際突發情況的能力。

一天速成 分年齡段定製課程

「學員們的學習熱情很高。」據深圳市急救中心主任朱虹介紹，今年公益急救培訓採用的是為零基礎的市民量身打造、自主研发的初級救護員課程。

該課程採用「4小時理論+3小時實操」的緊湊模式，涵蓋現場急救四步法、心肺復甦（CPR）、AED（自動體外除顫器）使用、創傷止血包紮、海姆立克急救、異物卡喉急救等核心技能，還根據暑期特點，增加了溺水、中暑急救和兒童意外傷害處理等針對性內容。針對青少年群體，設計了適合他們認知水平的急救課程，如通過互動、遊戲等方式講解急救知識，讓孩子們在輕鬆愉快的氛圍中學習急救技能。

朱虹表示，今年的培訓打破「預約難、距離遠」的壁壘，通過「深圳急救」微信公眾號報名，10,980個名額一經推出便被迅速搶訂。除羅湖、福田外，還在寶安、光明、坪山、大鵬增設了10個臨時教學點，最遠到深汕合作區，讓居民更便利地選擇家門口的培訓點。參加培訓並通過考核合格的學員，將獲頒發《初級救護員證書》，該證書在全國範圍內有效期為3年。

改變安全生態 減少事故傷亡

目前，深圳市急救知識和技能普及培訓率超過5%，全國領先。朱虹表示，急救知識與技能的普及正在悄然改變着城市安全生態，帶來多方面的積極影響。越來越多的市民掌握急救技能後，在面對突發事故時能夠迅速、正確地採取急救措施，為患者爭取寶貴的搶救時間。數據顯示，近年來深圳因急救及時而成功挽救生命的案例逐年增加，市民使用AED成功挽救159名患者生命，急救技能的普及有效降低了意外事故的傷亡率。

災害頻發催生「急救熱」 深圳萬人搶學「救命課」

有港人專程北上參訓 共同構建城市安全防護網



◀◀深圳「2025年免費公眾急救課程（培訓）」現場。香港文匯報記者郭若溪 攝

港人倡開發「雙語課程」 促深港急救技能互通

特稿

值得一提的是，此次培訓也吸引了不少港人北上參與。來自香港的李先生告訴香港文匯報記者，他在深圳工作，聽說有這樣的免費培訓就立刻報名了，「香港也有急救培訓，但深圳這次的課程安排更靈活，福田區安托山的急救中心教學點離我住的地方很近，而且內容很實用，學完感覺收穫很大。」

預約方便 課程靈活

「來了就是深圳人，想學急救，公眾號上預約即可。」深圳市急救中心工作人員表示，此次免

費公眾急救課程無需提供任何身份證件，報名時只要填寫姓名、性別、年齡和手機號即可。

跨境貨車司機周先生就在家人的強烈要求下，報名參加了急救培訓。他告訴香港文匯報記者，自己在文錦渡口岸從事跨境物流工作，想學急救很久了，但是因為工作要每天往返深港兩地，很難湊足7個小時的時間上課，因而一拖再拖。「上個月貨車在排隊時，前面司機突然暈倒，大家都慌了神，從那以後我就想一定要學急救。」周先生還勸其他司機一起參加，習得一技傍身，關鍵時刻救人救己。

「深圳的AED普及率很高，急救課程裏專門

教了如何用地圖App查找附近的AED，這個太實用了。」香港大學生陳嘉怡暑假在深圳實習，她發現深圳地鐵、商場的AED設備都有明顯標識。「很多港人在深圳工作生活，兩地急救標準雖有細微差異，但核心技能相通。」她建議，未來可開發一些「深港急救雙語課程」，讓跨境居民能更便捷地掌握兩地急救規範。

為促進深港急救技能互通，深圳市急救中心定期與香港消防處及聖約翰救傷隊開展互訪交流與學習活動，增進彼此在應急救援、災害應對等方面的經驗分享與合作。



●親子家庭在社區學習心肺復甦急救技能。香港文匯報記者郭若溪 攝

研學營少年變「急救小衛士」

「左手按住紗布，右手拿繃帶繞三圈，最後打個結固定！」在深圳市青少年活動中心「小小科學家創營」，5天的研學活動專門增設了半日的安全急救課程，40餘名孩子，跟着深圳市紅十字會資深講師學習前臂包紮。富老師是深圳公益救援隊資深急救講師，他帶領孩子們變身「急救小衛士」，學習急救包紮及心肺復甦技術，模擬真實場景，提升自救互救能力。

10歲的林宇軒在情景演練中扮演「急救員」，當搭檔用玩偶模擬「同伴溺水」時，他熟練地先呼救，再檢查意識，然後進行胸外按壓，「我爸爸是警察，他說遇到事情不能

慌。」現場孩子們相互練習包紮，富老師表示，用孩子喜歡的方式教學，他們才記得牢。

社區中醫急救可派用場

「中暑了捏人中，暈車了按內關，關鍵時刻不用慌，急救技能派上用場。」8月5日上午，景田社區服務中心內，中醫醫師趙美玲正給20名居民講解中醫急救知識技能，幫助居民在緊急情況下進行有效的急救處理。這是「安心守護」社區系列活動的第一站，現場擺着刮痧板、艾灸盒等工具，牆上投影着人體經絡圖。

粵基孔肯雅熱疫情初步遏制 佛山九成病例痊癒

香港文匯報訊（記者 敖敏輝 廣州報道）經過一個多月持續防控攻堅，廣東基孔肯雅熱疫情得到初步控制。香港文匯報記者10日從廣東省疾病預防控制中心獲悉，廣東新增基孔肯雅熱本地病例持續下降，過去一周（8月3日至9日）廣東省新增本地1,387例，與過去數周相比明顯減少。其中，8月9日，佛山新增病例142例，已連續12天呈現下降趨勢。廣東省疾控中心傳染病預防控制所所長、傳染病防控首席專家康敏指出，佛山市疫情快速上漲勢頭已得到初步遏制，近期防控成效進一步鞏固。

廣東新病例周降幅超50%

此次廣東基孔肯雅熱最早由佛山順德區在7月8日監測發現，此後，至7月15日，一周時間內的確診病例達到478例。至7月19日，佛山一天24小時內新增674例，達到最高峰。此後，新增病例雖有反覆，但整體呈下降趨勢。至8月9日，新增病例已降至142例，再比前一日減少6例。

根據廣東省疾控局最新統計，從全省來看，8月3日0時至8月9日24時，廣東全省新增報告基孔肯雅熱本地病例1,387例，未報告重症和死亡病例。病例分布在佛山1,212例，廣州103例，湛江39例，清遠6例，深圳、珠海各5例，中山4例，惠州3例，韶關、東莞各2例，汕頭、江門、陽江、潮州、揭陽、雲浮各1例。廣東新增病例從每周高峰期約3,000例減少至1,387例，降幅超50%。

境外輸入風險持續存在

廣東省疾控中心傳染病預防控制所所長、傳染病防控首席專家康敏指出，佛山市疫情快速上漲勢頭已得到初步遏制，防控成效顯現且得到鞏固。不過，儘管廣東全省新增病例數呈現連續下降趨勢，但疫情波及面廣，加上全球基孔肯雅熱疫情高發，廣東省對外交流頻繁，境外輸入風險持續存在；同時疊加汛期颱風、降雨等天氣影響，蚊媒活動頻繁，疫情防控還不能鬆勁。



佛山市衛生健康部門介紹，目前在本輪疫情中，佛山沒有出現重症、死亡病例，已有九成病例痊癒。在科學高效開展蚊媒消殺方面，佛山在快速處置新發疫點的同時，持續攻堅重點村居，通過對病例持續高發的重點村居和鎮街開展多輪次圍合消殺。

廣東省疾控專家介紹，基孔肯雅熱是經伊蚊（俗稱「花斑蚊」）叮咬傳播的病毒性疾病。伊蚊偏好在小型的潔淨水體中繁殖，因此，翻盆倒罐清積水，特別是清理各類小型容器積水，是控制疫情傳播的基礎。

目前未發現嚴重後遺症

萬一確診基孔肯雅熱，是否會出現較嚴重的後遺症？佛山市第一人民醫院感染科主任醫師嚴海明表示，目前基孔肯雅熱病例均為輕症，佛山市已治癒出院患者年齡最大95歲，最小40天。主要表現為關節痛、發熱和皮疹，根據臨床特徵統計分析，其發生比例分別為90.1%、83.1%、70%，65歲以上老年人出現肌痛、乏力、噁心症狀更常見。大多數患者的症狀可以在一周左右消退，目前沒有發現嚴重後遺症。

嚴海明表示，基孔肯雅熱主要的病變部位在關節，因此治癒出院的患者應注意休息與活動平衡，發病3個月內，要注意保養關節，避免負重、爬山、長跑，以避免造成持續性損傷。

香港文匯報訊 綜合央視網及新華社報道，記者10日從交通、電力等部門獲悉，甘肅省蘭州市榆中縣山洪災害毀公路全線搶通，受災群眾供電全部恢復。

在甘肅榆中7日發生的山洪泥石流災害中，馬坡鄉馬連灘村是受災最重的村子之一，道路、通訊和電力一度中斷，成為孤島。9日早上，在公路部門的搶修下，道路終於被打通。由於馬連灘村也是通往其他重災村的道路關鍵點，大型機械設備10日持續對溝道裏的石頭進行清理，讓應急道路更加安全，雖然路面並不像想像的那樣平整，但對於搶險救援來說，已經等於打通了生命線，讓物資和救援力量可以持續進入重災村。

將重建電網 通信基本恢復

在道路搶通後，像電力、通訊等設施的搶修也持續推進，截至目前，災



●8月10日，武警甘肅總隊機動支隊官兵在蘭州市榆中縣救援一線。新華社

區所有的主線路已經全部恢復，下一步將轉入電網重建階段。而在通信方面，通過架設通信保障車、基站維修等方式，現在重災村的語音通話基本恢復正常。

目前，受災區域供電全部恢復，交通、通信、供水等基礎設施搶修工作也在有序推進。22個受災村基本通信已恢復，官營鎮等三個鄉鎮全面通水。

據蘭州市交通運輸委員會介紹，10日13時許，省道104線興隆山段最後一個水毀阻斷點完成搶通，實現省道104線雙向全線打通。目前，通往受災較重地區三個方向的救援道路已經全部打通。截至目前，交通運輸部門已投入挖掘機、裝載機、自卸車等大型搶險機械200餘台（套），出動搶險人員700餘人次。

據介紹，搜救等救援工作仍在緊張進行，轉移安置群眾生活總體平穩。



●8月10日，武警甘肅總隊醫院衛勤分隊官兵在蘭州市榆中縣受災街道進行防疫消殺。新華社