

“黄金四分钟为何如此珍贵” ——护理学生的急救能力提升与责任担当

尚 娜 医学部

引言

据统计，我国每年心源性猝死者超 54 万，但院外抢救成功率不足 1%，远低于发达国家水平（如美国约 12%），其中公众“心肺复苏”知识匮乏与黄金时间的流失是导致心源性猝死的主要原因。抢救的黄金时间——“黄金四分钟”正是决定生死的关键窗口。这短短 240 秒，是生命与死神赛跑的决胜时刻，如能及时进行心肺复苏可提高生存率 2-3 倍，配合 AED 使用可进一步提升至 50% 以上，每延迟 1 分钟进行心肺复苏，生存率则下降 7%-10%。

心肺复苏是《基础护理技能》课程考核项目之一，也是该课程与《急危重症护理学》课程融合建立的教学衔接点，可显著提升护理学生对“基础-急危”连续护理的认知与实践能力，也是培养护理学生向大众普及心肺复苏知识的核心技能。

本案例的教学创新点：

1. 直击一个痛点：直面社会“不敢救”的痛点，增强学生在“关键时刻”的使命感和行动力。

2. 打造“技能+思政”双主线：将操作技能规范与生命至上的医学职业价值观思政教育相结合，突破单纯说教的主线，构建“技能+思政”双向赋能格局。

3. 形成“学—思—行”闭环：将学生的课堂学习延伸到社会实践之中，实现学而思、思而行，持续改进和优化，将知识转化为本能反应，推动学生强化“知行合一”，形成“学—思—行”闭环。

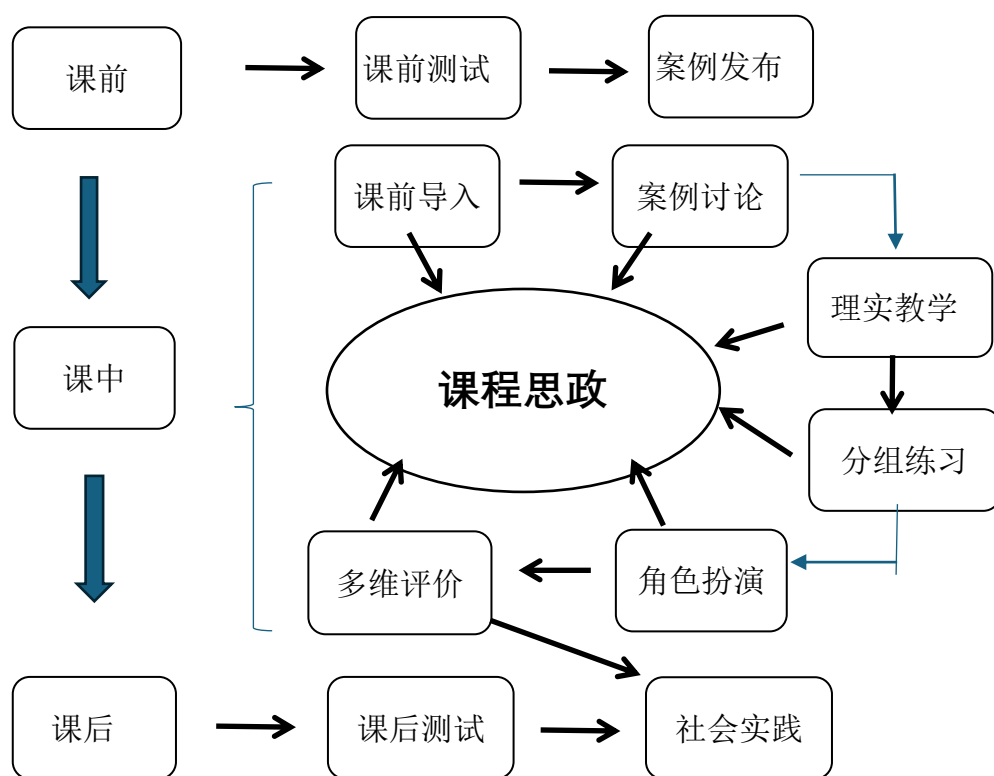
“黄金四分钟”，是生命的倒计时，更是医学生的使命冲锋号。护理学生掌握心肺复苏技能，不仅能培养学生的急救能力，还能内化“保护生命、服务社会”的职业信念，实现专业教育与思政教育的协同育人目标。

一、课程基本信息

《基础护理技能》是一门面向护理学专业大二学生开设的必修实践课程，课程学分为 2.5 分。

二、课程教学整体设计思路

课程将“黄金四分钟为何如此珍贵”的理念贯穿其中，教学案例 4 学时，通过三阶段、七步骤开展线上线下混合教学，在教学中实时、恰当的融入课程思政元素，培养“技术精湛、心中有爱、肩上有责”的新时代护理人才。



1. **课前导入：**播放真实急救案例视频，2024 年 10 月 28 日，温州七旬老人心脏骤停晕倒，众人抢抓“黄金四分钟”，上演“生死时速”，让学生讨论“见义勇为”与“科学施救”的关系，强调“敢救”与“会救”并重，引发医学生对职业的认同感与责任感。

2. 案例讨论

案例 1: 2021 年欧洲杯，丹麦队球员埃里克森在比赛途中突发心脏骤停，队友立刻进行心肺复苏，队医 8 秒内抵达赛场进行专业救治，1 分 36 秒内完成了 AED 除颤，最后成功挽救了球星的生命。

案例 2：2024 年亚洲青年羽毛球锦标赛，17 岁的羽毛球天才张志杰在对阵日本选手的比赛之中突然倒地，大约 30 秒后，医疗团队进场，又经过了约 30 秒，担架入场将张志杰抬出场外进行进一步救治，最后抢救失败，在医院中去世。

结合上面两个案例，通过生命教育，引导学生讨论急救时“分秒必争”的重要性；通过时间成本计算，让学生深刻理解“黄金四分钟为何如此珍贵”的意义和价值。

3. 理实教学：教师讲解心肺复苏理论基础和最新指南，急救伦理和相关法律法规，规范演示心肺复苏，重点强调按压深度、频率，注重操作技巧的规范性。

4. 分组练习：利用学习通将学生随机分成 6 组，每组 5-6 人，进行分组练习，熟练掌握单人心肺复苏和双人心肺复苏操作流程。

5. 角色扮演：学生根据教师设定的不同场景，轮转进行角色扮演，培养学生的应变能力与团队协作能力。

6. 多维评价：通过技能标准性、团队协作性、人文关怀度和应急决策力等多维度对学生的知识、能力和素养进行评价，评选出优秀团队，进行课堂展示。

7. 社会实践：对优秀团队课堂展示成果拍摄成短视频，组织学生进社区开展心肺复苏科普宣传，将技能转化为社会服务行动。

三、案例教学目标

知识目标：要求学生掌握 CPR 的理论基础和最新指南，理解急救伦理以及相关法律法规，并熟悉团队协作流程与沟通技巧。

能力目标：要求学生能够规范完成单人和双人 CPR 操作，有效组织现场急救，并能高效协助团队完成急救任务。

素养目标：注重培养学生生命至上的职业精神，强化救死扶伤的责任意识，树立见义勇为的社会担当。

四、案例教学实施过程（4 学时，180 分钟）

1. 课前准备

课前至少 1 天在学习通发布课前测试题目，上传与本次课程相关的讨论案例，发布相关操作视频，提出需讨论的问题。

2. 教学实施

(1) 课前导入并引发思政教育（5 分钟）

播放真实急救案例视频，2024 年 10 月 28 日，温州七旬老人心脏骤停晕倒，众人抢抓“黄金四分钟”，上演“生死时速”，让学生讨论“见义勇为”与“科学施救”的关系，强调“敢救”与“会救”并重。教师结合《民法典》第 184 条，说明法律对施救者的保护，消除目击者“不敢救”的顾虑，树立见义勇为的社会担当，引发医学生对职业的认同感与责任感。



(2) 案例讨论（10 分钟）

通过学习通中提前发布的两个案例，让同学们进行讨论，心肺复苏的重要性和如何提高心肺复苏的成功率？通过生命教育和时间成本计算，让学生认识到作为一名医务工作者，要发挥敬佑生命，救死扶伤，甘于奉献，大爱无疆的时代精神。在紧急医疗情况下，采取迅速而专业的急救措施可以挽救其生命，每个人都要珍惜生命，爱惜生命，培养生命至上的职业精神。

“黄金四分钟”之所以珍贵，不仅在于它关乎个体生命的存亡，更在于它检验着一个社会的急救意识和应急能力。

» 案例导入

案例1: 案例1:2021年欧洲杯，丹麦队球员埃里克森在比赛途中突发心脏骤停，队友立刻进行心肺复苏，队医8秒内抵达进行专业救治，1分36秒内完成了AED除颤，最后成功挽救了他的生命。

案例2: 2024年亚洲青年羽毛球锦标赛，17岁的羽毛球天才张志杰在对阵日本选手的比赛之中突然倒地，大约30秒后，医疗团队进场，又经过了约30秒，担架入场将张志杰抬出场外进行进一步救治，最后抢救失败，在医院中去世。



（3）理实教学（30 分钟）

教师根据最新的急救指南，讲解与心肺复苏相关理论知识和操作流程，急救伦理和相关法律法规知识，让学生感受到心肺复苏不仅是技术，更是对生命的守护。

教师规范演示院内和院外心肺复苏操作流程和 AED 的正确使用，重点强调心脏骤停的判断标准、操作的重难点、易犯错误和注意事项，同时注意人文关怀和家属的心理安慰。提问：在高速上发生了车祸导致心脏骤停，你会怎么做？



（4）分组练习（45 分钟）

利用学习通将学生随机分成 6 组，每组 5-6 人，进行分组练习，熟练掌握单人心肺复苏和双人心肺复苏操作流程。



（5）角色扮演（70 分钟）

教师设定案例场景：周末，一中年男性李某在陪其妻子 D 商场购物时，突然倒地。恰好一医院休假护士 A 和其朋友 B 路过，立即展开紧急抢救。商场负责人 C 也及时到场协助抢救。在大家共同努力，李某抢救成功。急救车赶到后，送到医院进行下一步高级生命救护。

学生根据设定的场景，轮转扮演患者、患者家属 D、护士 A、同事 B、商场负责人 C、摄影师，培养学生的应变能力与团队协作能力。摄影师将每次操作视

频上传到学习通的小组群，视频上传后，小组成员之间查看视频，进行讨论和总结，相互指出优点和不足，教师巡视指导，及时纠错。

» 设定案例场景

周末，一中年男性李某在陪其妻子D商场购物时，突然倒地。恰好一医院休假护士A和其朋友B路过，立即展开紧急抢救。商场负责人C也及时到场协助抢救。在大家共同努力下，李某抢救成功。急救车赶到后，送到医院进行下一步高级生命支持。

学生轮转扮演患者、患者家属D、护士A、同事B、商场负责人C、摄影师，摄影师将每次操作视频上传到学习通的小组群。



（6）多维评价及总结（20 分钟）

演示汇报：各组同学抽签决定扮演不同角色，进行组间演示。教师（40%）、小组内（30%），小组间（30%）分别对学生进行评分，通过技能标准性（40%）、团队协作性（30%）、人文关怀度（20%）和应急决策力（10%）等多维度对学生的知识、能力和素养进行综合评价，最终评选出优秀操作案例，进行课堂展示。教师对本次课堂进行总结，随机选择不同角色扮演者说出自身感受，指出学生操作中的优点和缺点，尤其是对需要改进的方面进行重点强调。

» 评分标准

小组最终得分=教师团队平均分

*40%+组内互评平均分*30%+组
间互评平均分*30%

技能标准性（40%）

团队协作性（30%）

人文关怀度（20%）

应急决策力（10%）

3. 课后复习与社会实践

课程结束前，通过学习通对学生进行课后测试。课程结束后，对优秀团队课堂展示成果拍摄成短视频，组织学生进社区开展心肺复苏科普宣传，将技能转化为社会服务行动。

4. 教学评估

（1）知识目标评估：通过课前测试和课后测试，教师可以充分了解学生对心肺复苏关键知识点的掌握程度。

（2）能力目标评估：通过学生个人展示和情景小组展示操作，查看学生完成操作的规范性、熟练度和配合性。

（3）素养目标评估：通过课前导入、案例讨论、操作演示和多维度评价等多环节融入课程思政，体现“技能+思政”双主线教学，培养医学生的责任意识和社会担当。

五、教学效果及反思

1. 理论实践教学方面

教师在课堂上清晰解释了心肺复苏的基本原理，强调了“早期识别呼救”排在生存链第一位的意义，并结合案例说明了延误急救的后果，直面**社会痛点**，强化“黄金四分钟”的珍贵，增强学生在“关键时刻”的使命感。由于学生对时间概念的模糊化，导致学生对“紧迫”的理解停留在意识层面。

改进措施：使用可视化工具辅助教学，如动画演示心脏血流变化和心脏骤停后脑损伤的逐分钟变化，让学生将时间感知具体化，建立**以秒为单位的急救时间观**。

2. 技能操作方面

心脏按压的深度和节律是操作的难点，教师通过贯彻“**技能+思政**”双主线教学，结合操作技能规范与生命至上的医学职业价值观，将操作分步骤讲解、一对一纠错、录制视频回放等措施取得了明显的效果，但是部分同学因为反馈不及时，仍会存在“一看就会，一做就错”的现象。

改进措施：实验室增加全自动心肺复苏智能模拟人，实时显示按压深度和节律数据，增加立即反馈、语音纠错和自动评分等功能，可以有效缩短学生“知道”与“做到”的行为差距。

3. 角色扮演方面

本案例设计了商场急救情景，让学生轮流进行角色扮演，培养学生的应变能力与团队协作能力。让学生将课堂学习成果延伸到社会实践，完成“**学—思—行**”闭环，推动学生的“知行合一”。由于时间关系和分组扮演，练习场景比较单一和理想化，导致部分未达到演练效果。

改进措施：设计多样化的场景，必要时两组同学合并，加入干扰因素，如围观者恐慌、家属哭泣、噪音等，让练习场景贴近现实生活，培养学生领导力和沟通效率。

4. 教学长效性方面

本次课程学生积极性特别高，师生互动良好，反馈及时，通过多维评价，93%的学生达到了学习目标。但1周后再次抽查，达标率下降到70%。

改进措施：使用手机 APP 辅助学习，每周推进线上心肺复苏虚拟练习，每学期开展线下复训，提高教学的长效性，提升护理学生的急救能力与责任担当。

心肺复苏操作不仅是护理学生的“基本功”，更是职业使命的体现。在本教学案例中，将“黄金四分钟为何如此珍贵”的理念贯穿其中，实时、恰当的融入课程思政元素，培养护理学生“保护生命、服务社会”的急救能力和责任担当。

本课程教学的最终目标不是产出通过考试的学生，而是推动**第一响应人**，培育“敢救、能救、善救”的社会急救力量。护理学生作为分布最广的医疗人力资源，掌握基本急救知识和技能，一方面可以提升临床胜任力，另一方面，可以作为“种子培训者”，在家庭、社区中传播技能，破解“旁观者效应”，与“健康中国 2030”和“联合国可持续发展目标（ADGs）”高度契合，**真正实现“救命链”前移，让更多生命在关键时刻得到守护。**