

高山滑雪救援： 从0开始到完成4分钟内急救！

健康时报记者 陈琳辉

高山滑雪运动是冬奥会中速度最快、救援难度最大的奥林匹克项目之一，“中国冬奥滑雪医疗保障梦之队”就是为解决冬奥滑雪医疗救援而组建。

这支由北京积水潭医院、北京协和医院、中日友好医院、北医三院等十几家医院70余名临床医护人员组成的梦之队，不仅要具备紧急救援能力，他们还要有高超的滑雪水平。

“背着30斤医疗设备，4分钟内抵达急救现场。”北京积水潭医院创伤骨科副主任孙旭，就是其中一员。

从零开始

根据国际滑雪联合会医疗指南的要求，运动员在赛道上的任何地方摔倒受伤，医疗救援人员必须在4分钟内到达现场。而滑雪板和带冰爪的滑雪鞋是救援人员在赛道内仅能使用的两种移动装备，这就要求承担医疗救援任务的医生有足够高超的滑雪技能，能够在运动员比赛的冰状雪陡坡场地内熟练地滑降至受伤运动员身边。

“我们没有缆车、没有雪橇、也没有摩托，只有脚下踩着的滑雪板、怀里捂着的急救药（防冻）和背上背着30斤重的救援装备，自己滑过去。”孙旭说。

一开始身边很多同事都羡慕地调侃，“能在上班时间滑雪，也太爽了吧！”但是没有人知道，为了提高滑行精确性、缩短救援时间，他们在训练中根本不能正常滑行，只能机械地重复着一个个枯燥的动作形成肌肉记忆，训练中摔倒和受伤都是家常便饭。

在零下二三十度的雪场中，他们跪在雪地上练习心肺复苏、趴在陡坡上练习气管插管，每次训练结束都冻得手脚麻木、全身冰凉。由于没有任何现成的培训资料，他们白天训练，晚上还要讨论和制订属于自己的救援方案。

孙旭告诉记者，医疗队曾经有4名队员发生了严重的外伤，分别是锁骨骨折、肋骨骨折、胸椎骨折和股骨颈骨折。即便如此，从建队之日起，他们没有一个人退缩、没有一个人掉队。



中国冬奥滑雪医疗保障梦之队成员参与高山滑雪比赛救援演练。

受访者供图

雪地急救难度大

在冬奥高山滑雪的速降比赛中，运动员最快的速度超过每小时140公里，就像是驰骋在冰海雪原上的“F1赛车”，稍有闪失，就可能发生致命的损伤。

当有运动员摔倒受伤后，由医疗官与竞赛主任协调中止比赛，并首先指派1~2名巡逻队员滑行到受伤运动员身边对其进行初步的检查和评估。

一旦发现运动员伤情较重，例如大出血、严重颅脑损伤、意识障碍、胸腹部严重损伤、脊柱损伤等不能自行离开赛道，需要汇报医疗官并寻求支援。医疗官会根据受伤情况迅速派出离现场最近的医疗团队前往受伤现场处理伤员。

高山滑雪比赛场地环境极为特殊，寒冷的天气、陡峭的雪道坡面、赛道上冰状雪都会成为现场急救的困难和障碍。

作为保障梦之队成员，孙旭他们需要做的，“背着30斤医疗设备，4分钟内抵达急救现场。”即在最短的时间内完成伤情评估，并进行简单有效的处置，维持生命体征稳定，并快速转移到运动员医疗站。

一次次演练达成默契

在极端低温环境下，救援人员如果摘下手套，手指可能半分钟就会麻木失去感知能力，而伤员可能处于各种不同的体位，如何在最短时间内有效地完成救治操作，如开放气道、生命支持等，需要长期的培训和模拟演练才能完成。

2019年9月19日，孙旭和几名队友一同参加在国家高山滑雪中心举行的第一次直升机长绳救援演练。

在一次训练时，山谷里突然出现了强烈乱流。救援直升机几进几出，就是无法到达急救地点。最后艰难地悬停在头顶，就在将伤员吊起的一瞬间，由于重量增加和向下气流的影响，飞机发生了快速下坠。

“大家的心一下子提到嗓子眼儿，我们奋不顾身地冲过去准备保护伤员，头顶的飞机终于努力挣扎着摆脱了乱流。”孙旭回忆，从山上下来以后我们才知道，是机长临危不乱，避免了凶险。

“演练结束当晚，医疗官组织了很长时间的总结复盘会。”孙旭表示，“作为滑雪医疗急

救，大家都是第一次，在演练磨合的过程之中，难免会出现一些问题，但面对问题的时候，大家都懂得奔着共同的目标积极解决问题。”

零下三十多度的严寒，长跪雪地的冰冷麻木，多少次计时4分钟的惊心动魄……经过两个冬季62个日夜的训练，2020年1月，“中国冬奥滑雪医疗保障梦之队”坐镇延庆海坨山的国家高山滑雪中心，圆满完成了全国第十四届冬季运动会高山滑雪项目医疗保障任务。

今年2月16日的高山滑雪邀请赛即将开赛，为了积累更多高山滑雪救援经验，做好冬奥医疗保障工作，20多名医生已培训近1个月时间。

回忆起“梦之队”在一起度过的这些艰辛，孙旭表示，这些培训和经历，成了一代滑雪医生鲜活的故事，而这些故事的背后，是中国冬季奥运项目一路向前的里程碑。

参考资料：

①白鹏,周方.高山滑雪比赛损伤风险和现场医疗救援[J].中国运动医学杂志,2020,39(10):830-832.