

# 白金十分钟全国自救互救志愿服务联盟

白金十分钟全国自救互救志愿服务联盟（以下简称联盟）成立于2010年10月10日10点10分，旨在向大众百姓普及“急救白金十分钟理论与技术”，最大限度降低意外伤病死亡率、减少致残率。2015年参与北京市志愿服务联合会活动，2015年获中国志愿服务联合会授予首批“全国志愿服务示范团队”称号，2016年中国志愿服务联合会第一次理事会吸纳团队专家为理事。至今有全国31个省186个城市和站点的医疗机构急危重症专业专家团队为骨干，遍及行业学会协会、红十字会、救援组织、街道社区、党团组织、公益组织等570多个单位，5000多名志愿者。2018年，“急救白金十分钟-全国自救互救日”活动被中宣部、中组部、中央文明办表彰为“全国最佳志愿服务项目”；同年获得国家卫健委文明办“铜奖”。新余团队、赤峰团队、惠州团队、枣庄团队受到当地精神文明办的表彰。

白金十分钟全国自救互救志愿服务联盟专家团队针对中国的急救现状，提出“急救白金十分钟”时效性理论并进行了深入研究，形成了高效的科普、培训方案和模式，受到志愿者们的欢迎。完成了中国多个城市大众急救知识现状的横断面调查研究，积累上万调查问卷；发表白金十分钟研究论文46篇，其中《白金十分钟-急救技术普及篇》获得北京市政府三等奖，《急救白金十分钟应用与推广》获得华夏医学科技奖共两项；获得3项北京市、海淀区科普基金支持；中央电视台、北京电视台及全国多地电视媒体宣传200余次；人民日报、光明日报、中国青年报、健康时报、健康报、科技日报及各地报纸发表相关科普文章392篇；“白金十分钟”和“白金10分钟”相关的宣传网页上百万条。

**白金十分钟专家团队的科研成果：**针对公众心肺复苏、围猝死、围心跳骤停、急救时效学、链式流程复苏、白金十分钟技术等形成重大理论突破和成果。针对我国复苏现状进行了研究：既往中国25年的专业心肺复苏在发病5分钟内的心跳恢复率是35.3%，而经过培训的大众心肺复心跳恢复率达到32.9%，两者统计学差异很小。这进一步说明，通过普及培训，“把急救技术储存在民间”的急救战略目标的科学性。针对公共场所大型活动现场心跳骤停，提出“**公众心肺复苏方案**”，即1分钟内有人做心肺复苏，7分钟内有AED或专业抢救衔接，不伴有

脑损害的抢救成功率可达到 95%的效果。公众心肺复苏方案为两会保健、大型体育赛事、大型活动医疗保障提出理论指导。专家们通过对白金十分钟时效学、白金十分钟经济学的深入研究，对社会救护工作的推进起到了科学的指导作用。何忠杰教授被邀请参加国家应急部牵头的《灾害医学与灾害应急教程》的编写工作。

**白金十分钟科普效果：目前有 20 余例抢救成功的事例。受训后使自救互救技术成功抢救生命的典型例子有：**1、大同煤矿工人通过胸外按压成功挽救了自己工友；2、湖口萍乡钢铁厂 1 名呼吸心跳停止的溺水工人被受训后的工友抢救成功；3、受训后的赤峰市一名青年出差时把心跳停止的同事抢救成功；4、贵阳夏令营老师成功抢救 1 例儿童；5、兰州机杨志愿者抢救旅客 1 例；6、新余团队志愿者抢救 1 名马拉松意外者；7、枣庄团队与志愿者配合成功抢救 1 例民工；8、北京大兴团队培训某部武警战士成功抢救 1 名战友；9、湘潭团队报告有 2 例成功；10、另外有 3 位父母（九江市、西宁市、兰州团队志愿者）通过学习白金十分钟平台传播的气道异物梗阻解除技术，当自己孩子出现气道异物梗阻时也成功地现场予以施救，避免了死亡。11、郑州人民医院也涌现出 7 位救人“网红”，他们的善举让 7 个死亡边缘的人脱离了危险，在社会上掀起一次又一次温暖感动的浪潮。

多年来，以何忠杰教授为首的白金十分钟团队一直在用自己的践行努力促进社会达成一种共识，让“白金十分钟”成为一种急救文化，从而使接受并能实践“急救白金十分钟”理念的人越来越多，让更多的人受益于此。

不完全统计，“白金十分钟”活动直接影响超过 150 万人，间接影响数千万人。经过全社会的努力，今天接受和实践“急救白金十分钟”理念的人越来越多，公共场所互助互救和公众抢救成功的案例明显增加，公共互助友爱的形势越来越好。

## **一、白金十分钟理论和实践的影响力**

**1、在国内外学术界的影响力。**受中国中西医结合灾害医学专业委员会、中华医学会急诊专业委员会、中国红十字总会等 10 余个国家及省市学会邀请做“白金十分钟的理论和实践”的专题报告超过百场。解放军医学 **Military Medical Research** 杂志把白金十分钟的专业和科普成果以“急救白金十分钟--中国急救链的第一步”(Emergency Platinum Ten Minutes--The first step of Chinese first aid chain)

发送给全球 5000 多名相关专家进行介绍。英国医学期刊网站登载有：“中国的白金十分钟活动”（China's Emergency Platinum Ten Minutes Program）介绍。中国院前心跳骤停白金十分钟恢复的 meta 分析作为参考文献被中国学者引用出现在 lancet 柳叶刀上。白金理论研讨会、白金十分钟急救技术培训班等作为国家级、北京市的继续教育项目进行专业推广普及。

**2、在军事卫勤方面，“白金十分钟理念”被军内学者引用 450 多次，被授予军队继续教育学习班、全军网络继续教育项目。**2014 年 9 月在朱日和训练基地“卫勤使命—2014”演习中，“白金十分钟，黄金 1 小时”成为战场卫勤的理念，受到首长的肯定。2016 年 11 月，在北京召开的军委后勤工作会议上，“白金十分钟”急救理念获得充分肯定，领导人在讲话中专门指出：“现代战争对一线救治时效性要求越来越高，‘白金十分钟’‘黄金一小时’成为战伤救治的重要法则。”这份肯定和褒奖，给予何忠杰和他的团队莫大的鼓舞与激励。近年，中国医疗分队在国际维和任务中，制定了一级医院的“急诊白金十分钟”、二级医院的“黄金一小时”的时效目标，成为展示给世界的急救工作的中国标准。各级均在贯彻、实践习主席强军兴军的伟大战略。

**3、得到国家和政府层面的肯定。**在国务院参事向政府的“关于‘加强公众应急救护教育，建立公众救护保护机制’的建议”报告中，“白金十分钟理论”做为重要的理论支撑。在多个省市的人大、政协议题中，“白金十分钟概念”都成为重要的理论支撑点写入提案。部分地区的卫生计划委员会单位成为白金十分钟活动的参与单位，各地还以红头文件方式布置安排“白金十分钟”专业研讨和科普活动。

**4、为国家“一带一路”战略做贡献。**专家团队受国家商务部培训中心邀请，为“一带一路”国家医疗官员和医疗人员（50 多个国家，130 多名代表）进行了培训，介绍了白金十分钟理论与实践。兰州专家团队把“白金十分钟”活动深入扎根到大学，大学生们一届一届传承，并把活动带到支边活动中，成为当地大学生们的自觉行动。联盟和兰州专家举办了八届学术交流和“‘一带一路’急救学术交流—‘白金十分钟’急救建设西部行”活动。河南新乡的专家们把这项活动传播到非洲，为当地的非洲人民培训白金十分钟急救技术，成为中国医疗援外医疗工作的新内容，受到外交工作领导的肯定，事迹表彰发布在中华人民共和国外交部网站上。

## 二、白金十分钟全国自救互救志愿服务联盟的志愿情结

2015年“急救白金十分钟-全国自救互救日”活动项目获第二届中国青年志愿服务北京赛区优秀项目，获得全国铜奖。在中国主办的“国际志愿服务交流”大会上，“白金十分钟应急志愿服务项目”成为中国志愿服务联合会向全国推荐的八个项目之一。中国志愿服务联合会为白金十分钟全国自救互救志愿服务联盟颁发“中国志愿服务示范团队”奖状和授牌。何忠杰教授参加中国志愿服务联合会党员座谈会并对在党员中开展公益活动进行研讨，带领团队完成中国志愿服务联合会、北京志愿服务联合会开展活动的指示。

2013年中国志愿服务联合会成立后，倡导“搭把手”、“邻里守望”主题，这也是白金十分钟全国自救互救志愿服务联盟一直践行的宗旨。2015年，联盟和北京志愿服务联合会、北京志愿应急总队一起，固定每月第四个周六在北京开始“白金十分钟-邻里守望”公共空间救护普及活动，努力推动常态化科普。2017年，联盟把这一活动在全国11个城市开始固定，“白金十分钟-邻里守望”公共空间的宣传活动如火如荼地开展起来。目前这个项目扩大到20个城市22个站点、有52个单位参加。这一项目获得国家卫健委文明办与中国青年志愿服务协会秘书处联合表彰为首届全国医疗行业青年志愿服务大赛铜奖。2019年扩展到25个城市30个站点，由人民日报健康时报社、白金十分钟全国自救互救志愿服务联盟、千龙网中国首都网、北京志愿服务联合会、北京白金十分钟时效应急技术研究院、阿里3小时公益平台共同主办。

联盟和北京公益学学会共同把“邻里守望”主题融入到“白金十分钟”家庭急救科普宣传活动中，并在黑芝麻胡同小学开展试点科普活动；联盟和雪中金企业一起“重走长征路急救科普公益活动”，多次做为专业指导和支持力量参与社会组织和企业开展急救科普活动，所到之处就播下公益急救普及火种，扩大了活动的影响范围，产生良好社会影响。联盟和中国中西医结合学会灾害医学专业委员会联合主办的“白金十分钟-邻里守望”急救普及中国行（井冈山站）即将展开。未来，在北京白金十分钟时效应急技术研究院的支持下，白金十分钟志愿服务工作将越办越好。

## 三、创立和发展中国的急救文化

展望人类急救的发展，中华民族完成了许多创造，发明了胸腹按压、呼吸支持、针灸经络刺激等急救方法，与其他民族的医学文明一起共同绽放出人类智慧的光辉。当今，具备与时代同步的科学思想和科研思维方法的中国急救专业人员一定会创造出植根于自己民族文化基础之上的急救文化。

金十分钟全国自救互救志愿服务联盟的南京专家团队创作了“白金十分钟RAP”和“白金十分钟广场舞”，一年多的时间，已经有上亿次的访问量。南京云谷社区的老龄舞蹈队志愿传播“白金十分钟广场舞”。这些都是急救普及文化的创新，具有了中国文化元素，使救护普及成为大众自觉的行动，是中国救护文化的闪光点。经过赤峰团队、南通团队专家们的努力，当地科委、卫计委和医院为这项活动批准了急救科普日。洛阳市副市长、新余市副市长参加当地团队“急救白金十分钟 全国自救互救日”活动。河南新乡的专家们把这项活动传播到非洲，为当地的非洲人民培训白金十分钟急救技术，成为中国医疗援外医疗工作的新内容。专家团队受邀请，为“一带一路”国家医疗官员和医疗人员（50多个国家，130多名代表）进行了培训，介绍了白金十分钟理论与实践。

联盟将通过努力，建立体现中国智慧的急救理论体系和实践体系。建立科普标准和专业标准，建立急救培训品牌和急救品牌。

#### **四、社会的积极作用**

**1、促进联盟内部专家发挥专业优势开拓新事业。**8年来，白金十分钟科普活动在服务社会大众方面取得了良好的社会反响，促进了各地救护工作的进步。各地以“白金十分钟”科普申请立项10余项。主要有：郑州的专家们成立自救互救培训学校；沈阳专家们成立辽宁省公众急救协会；新余专家以白金十分钟研讨沙龙申请到江西省科协立项；江西省科技局批准成立了新余市青少年救护教育基地；邵阳团队在地成立了公益团队。这些团队为联盟成员树立了榜样，提供了可借鉴的发展经验。

**2、促进了行业之间专家和资源的整合。**据不完全统计，白金十分钟全国自救互救联盟的专家团队有近一半的专家们为红十字会志愿者做培训工作，还参加到相关学会、协学等组织的救护科普活动中。如中国医药卫生事业发展基金会的“同贺世园会 携手献爱心”活动、人民日报社“急救公益重走长征路”活动、中国红十字总会“创伤救护”活动、北京红十字会师资培训班“白金十分钟救护理

论”、中国福利基金会“爱在星光下”传梦”主题公益夏令营等活动。2018年，联盟加入“中国卫生应急救援联盟”。30多个全国及各地的行业学会支持并参加到每年10月10日10点10分的活动中来，将有助于迅速融合并促进急救创新理论在全国范围内形成共识。

“专业-志愿-公益”的大旗，将指引联盟及有志于促进中国急救事业进步发展的组织和志愿者团结起来，一起奋勇前进。

#  
#

**北京白金十分钟时效应急技术研究院志愿服务委员会**

**2019.5.4**