

学校名称 \_\_\_\_\_

家长和监护人

## 心脏骤停知情同意书

此《家长和法定监护人心脏骤停知情同意书》是为了向学生运动员的家长 and 法定监护人提供有关心脏骤停（或称 SCA）的最新相关信息。这份表格需要每年阅读、签署、注明日期并提交给学生运动员所在学校，表明家长或法定监护人对学生运动员参加校内或校外体育活动的授权。

### 第一部分：什么是心脏骤停？

心脏骤停（SCA）是指由于心律异常，心脏突然和意外地停止泵血。发生这种情况时，血液停止流向大脑和其他重要器官，如果不加以治疗，很快就会导致死亡。SCA 不仅仅发生在成年人身上，也会夺去学生的生命。然而，学生和成年人患 SCA 的原因可能不同。学生的 SCA 可能是由遗传性疾病、极度过热/脱水或胸部外伤造成的，而成人的 SCA 最常由心脏病发作造成。SCA 不是心脏病发作。心脏病发作可能导致 SCA，但它们是不一样的。心脏病发作是由阻止血液流向心脏的阻塞引起的，而 SCA 是心肌生物电系统问题，导致心脏进入不稳定的快速节律。

### 第二部分：心脏骤停有多普遍？

在美国，SCA 是成年人的头号死因。它也是学生运动员的主要死因。每年发生在医院外的心脏骤停大约有 30 万起。根据 2014 年 4 月 PubMed 的一项研究，目前 SCA 的发病率为：

- 每 10 万名学生中有 0.63 人（100 万分之 6）
- 每 10 万名学生运动员中有 1.14 人（100 万分之 11）
- 每 10 万名非运动员学生中有 0.31 人（100 万分之 3）
- 男生患 SCA 的风险明显高于女生

根据全国大学体育协会（NCAA）的数据，高中和大学运动员猝死的主要原因是中暑、心脏病和与镰状细胞贫血有关的体质。同一项研究得出结论，预防猝死与更先进的心脏筛查、留意病史和出生记录、改进应急程序以及良好的教练和调理方法有关。如果能够诊断和治疗潜在的原因，SCA 是可以预防的。

SCA 是一种医疗紧急情况。如果不立即治疗，它可能导致不可逆的器官和大脑损伤，甚至死亡。然而，通过快速、适当的医疗护理，生存是可能的。急救人员到达前进行心肺复苏（CPR）- 甚至只是按压胸部 - 可以提高生存机会。

<http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sudden-cardiac-arrest/basics/definition/con-20042982>

### 第三部分：心脏骤停的警示征兆和症状是什么？

虽然 SCA 的发生出乎意料，但有些人可能会有一些征兆或症状，例如：在运动中晕倒或抽搐；不明原因的气短；头晕；极度疲劳；胸痛；或心跳加速。这些症状在运动员中可能不明确，因为人们经常将这些警告信号与身体衰竭混淆。

### 出现警示征兆和症状后继续活动的风险

出现上述症状后继续练习或比赛有严重的风险。当心脏停止有效泵送时，大脑和其他重要器官会受到损害。死亡或永久性脑损伤可能在短短几分钟内发生。大多数经历过 SCA 的人都会因此而死亡。任何学生运动员如果出现 SCA 的迹象或症状，必须立即停止体育活动。

### 第四部分：当一个人发生心脏骤停时，应该如何处理？

当一个人发生 SCA 时，应立即采取三项措施：

**第一项：求助！** 呼叫援助并拨打 911。

**第2项：开始心肺复苏！开始徒手心肺复苏。**

**第3项：连接并启动自动体外除颤器（AED）！**应立即连接和启动 AED，但使用者应遵循提示。AED 将能够确定是否应该对心脏进行电击，或者是否应该继续进行心肺复苏，但不进行电击。如果 AED 决定应该进行电击，它将给出如何进行的指示。

实践证明，仅靠心肺复苏和 AED 就有可能帮助一个人摆脱心脏骤停。电击每延迟一分钟，生存的机会就会下降 10%。请记住，紧急医疗服务（EMS）的平均响应时间约为 5-8 分钟。如果临床上不可行，AED 将不允许使用者进行电击。使用 AED 的人可以将设备连接到 SCA 患者身上，打开设备并按下电击按钮。但如果 AED 判断没有必要，则 AED 不会允许进行电击。对人使用 AED 不会造成任何伤害。

## 重返赛场

在重返赛场之前，运动员必须由有执照的医疗机构进行评估。在评估之后，在学生运动员从事任何体育活动之前，必须提供由持证医疗机构签署的书面许可。

## 第五部分：地方教育委员会关于心脏骤停的政策

\*\*\*\*\* 附上当地教育委员会关于 SCA 的政策摘要。\*\*\*\*\*

### 摘要

- 顾名思义，SCA 是突发的意外事件。
- SCA 可能发生在看起来健康、没有已知心脏病的人身上。
- 大多数患有 SCA 的人通常在几分钟之内死亡。
- 用心肺复苏术和自动体外除颤器迅速治疗 SCA 可以挽救生命。
- 培训如何识别 SCA 迹象、配备 AED 和掌握 AED 使用技能，可能会挽救 SCA 患者的生命。

[国家心肺和血液研究所：http://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/scda](http://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/scda)

我已阅读并理解《家长和法定监护人心脏骤停知情同意书》，并理解与心脏骤停（SCA）相关的严重性以及对其任何可疑情况进行立即治疗的必要性。

我授权\_\_\_\_\_参加本学年\_\_\_\_\_

(学生姓名) (体育/活动)

家长/监护人姓名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_ 签名：\_\_\_\_\_

(打印姓名)

### 来源/资源：

西蒙斯基金 (Simons Fund) - <http://www.simonsfund.org/>

宾夕法尼亚州卫生部 - [http://www.simonsfund.org/wp-content/uploads/2012/06/Parent-Handout\\_SCA.pdf](http://www.simonsfund.org/wp-content/uploads/2012/06/Parent-Handout_SCA.pdf)

Mayo 诊所 - <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sudden-cardiac-arrest/basics/definition/con-20042982>

美国国家心肺和血液研究所 (NHLBI) - <http://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/scda> 美国心脏协会 (AHA) - <http://www.heart.org>

Contact Translations Services at 860.823.6284 or [ts@norwichpublicschools.org](mailto:ts@norwichpublicschools.org) for translations in Spanish, Haitian Creole or Chinese. Para servicios de traducción contáctenos al 860.823.6284 o al correo [ts@norwichpublicschools.org](mailto:ts@norwichpublicschools.org) para traducciones en Español, Criollo Haitiano o Chino. 如果您需要翻译服务，请拨打 860.823.6284 或者 [ts@norwichpublicschools.org](mailto:ts@norwichpublicschools.org) 可翻译的语言有西班牙语，海地/海地克里奥尔语，和中文。 Pou ayisyen ki pale kreol selman, si ou gen on dokiman ou bezwen tradwi, kontakte nou nan nimero sa 860.823.6284 ou byen sou enterenet nan [ts@norwichpublicschools.org](mailto:ts@norwichpublicschools.org) Nou tradwi tou an panyol ak chinwa.