



突发呼吸心跳骤停 要抓住黄金四分钟进行心肺复苏



家中老人出现疾病状况,如何拨打急救电话?如何描述病情?心肺复苏急救怎么操作?5月11日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请了科大附一院(安徽省立医院)急救医学中心行政副主任朱有胜,与读者交流。

■ 记者 马冰璐/文 张倩莹/图

拨打120时要简要描述病情

读者:家中老人出现疾病状况,如何拨打急救电话?如何描述病情?

朱有胜:遇到家中老人出现疾病状况,目击者一定要冷静,不能慌张,拨打120急救电话时一定要言语简练,告知准确的家庭住址,如在什么路、哪个小区、哪栋楼多少号等重要信息,还要能简要描述病情,如患者觉得怎么不舒服,神志、呼吸状况等。

在黄金四分钟内开始心肺复苏

读者:家中老人突发呼吸心跳骤停怎么办?心肺复苏急救怎么操作?

朱有胜:家中老人,尤其是有基础疾病如冠心病、高血压病、糖尿病等,在家突发呼吸心跳骤停,也就是所谓猝死,此时,一定要争分夺秒进行急救。目击者首先一定要迅速冷静镇定,第一时间确定患者是否真的没有意识反应或呼吸,或仅有濒死样微弱呼吸,如果有,那么就判断患者出现了呼吸心跳骤停,需要在黄金四分钟内立即开始现场心肺复苏,同时,自己打开手机或者安排其他目击者打电话向“120”求救。

家庭现场心肺复苏主要做好持续胸部心脏按压,心肺复苏动作要领:把患者摆放于硬地面平躺,施救者跪在患者一边,膝部平患者肩部位置,双手手指交叉、双手掌叠放在患者胸部按压部位(在患者胸部中部胸骨中下三分之一交界处,或胸骨两乳头连线中点处),双上肢垂直,施救者上半身施压进行持续胸部心脏按压,按压频率100~120次/分,按压深度胸骨下陷5厘米,按压后双手不离开胸壁,让胸部回弹;连续按压2分钟后,由其他人接替继续按压,两人持续进行按压直至专业急救人员到现场。



名医简介

朱有胜 中国科大附一院(安徽省立医院)急救医学中心行政副主任,医学硕士,副主任医师,从事急诊医学临床及教学工作20余年,具有丰富的急诊急救经验,擅长内科危重疾病的急救和常见疾病急诊处置。

目击者家庭现场心肺复苏把持续胸部心脏按压做好,不必做开放气道、人工呼吸等专业操作,也能为患者争取生存机会,为后续专业急救人员施救奠定基础;专业急救人员到现场后继续胸部心脏按压、开放气道、人工呼吸、电除颤、药物治疗等急救,患者可能得救。

老人夏季中暑应对方法

读者:老人夏季出现中暑怎么办?

朱有胜:夏季高温,家中空气不流通,老人很容易出现中暑;中暑轻重程度不同,表现和处理方式也不一样,多表现出头晕、头痛、口渴、多汗、无力等,另外情况严重的患者可能会有四肢湿冷、苍白、热痉挛、热衰竭以及热射病。当发现老人有中暑的表现,在家可以采取如下措施:一、把老人移到阴凉、通风处,并且帮他解开衣裤,更好地散热通风;二、有湿毛巾的,用湿毛巾敷头部,或者用冰块敷头部、腋窝下、大腿内侧;三、给患者喝水以及喝糖水给其补液;四、如果发现患者的体温比较高,要及时给予降温,也就是用之前的办法冰块快速降温;五、情况严重的,要及时拨打急救电话120接送患者去医院进行抢救。



读者:发生烧烫伤后,第一时间应该采取哪些措施?

专家:正确的处理方法是烧烫伤急救五步法——冲、脱、泡、盖、送。首先用流动的清水冲洗伤口20~30分钟。清水的水温比体温低即可,切忌用冰水,以免冻伤。当遇到各种化学烧伤,如强酸性洁厕灵伤及眼睛、食道等处时,在现场要及时用大量清水冲洗。其次,在穿着衣服被热水、热汤烫伤时,千万不要立即脱下衣服,而是先直接用冷水浇在衣服上降温。待冷却后才可小心地将贴身衣物脱去或剪开。

第三步再用冷水持续浸泡患处10~30分钟,以加强降温、止痛。但对于烧烫伤面积大或年龄较小的患者,不要浸泡太久,以免体温下降过度造成休克,而延误治疗时机。此外,需要在烧烫伤部位覆盖干净布巾或棉质衣物,这样可以减少外界的污染和刺激,有助于保持创口的清洁和减轻疼痛。如没有,让小面积伤口暴露于空气中,大面积伤口用干净的床单、布单或纱布覆盖。然后一定要及时送到附近的正规医院急救、治疗。

■ 记者 马冰璐

健康提醒

接种了HPV疫苗并非一劳永逸

专家:仍应定期进行宫颈癌筛查

星报讯(宋娟 张庆泉 记者 马冰璐)随着宫颈癌(HPV)疫苗上市,许多人选择了接种HPV疫苗,那么接种后是不是就可以一劳永逸,避免宫颈癌发生呢?昨日,合肥市妇计中心专家提醒,接种HPV疫苗不能替代宫颈癌筛查,仍应定期进行筛查。

据了解,宫颈癌是危害女性生命的恶性肿瘤,发病率高居女性恶性肿瘤前两位,仅次于乳腺癌。其中HPV感染是宫颈癌最主要诱因,其他相关的危险因素包括抽烟、多个性伴侣、性生活开始过早、多孕多产以及免疫功能缺陷性疾病等。宫颈癌早期常无明显症状,与慢性宫颈炎无明显区别,致使很多宫颈癌病人发现时都已经是中晚期了。因为HPV病毒是个大家庭,现在已知有120余种基因类型,其中约四分之一与生殖道感染有关,约十分之一与宫颈炎、宫颈癌关系密切。

据合肥市妇计中心专家介绍,目前可供选择的疫苗有三种,俗称二价苗、四价苗、九价苗,适合9~45岁不同年龄段女性接种。但无论哪种疫苗,对HPV病毒预防都是有限的,并不能预防所有的HPV病毒感染。所以在日常生活中,女性朋友除了应采取积极的预防措施,保持健康生活之外,还需定期进行妇科病普查,如发现患有宫颈炎应尽早治疗,避免小病成大患。

健康新闻

运动过量,20岁小伙患上横纹肌溶解症

星报讯(丁玉荣 夏园园 靳艳艳 付艳 记者 马冰璐)先走了2万步,又训练100米短跑,20岁的合肥“运动新手”小海(化名)当场晕倒,并因“下肢肌痛、行走困难伴尿色加深”到安医大四附院就诊,被确诊为横纹肌溶解并引发

急性肾衰。昨日,记者获悉,经住院治疗,小海已经康复。

血液中心专家张璟提醒,在疲劳状态、生病或需静养休息时,切不可高强度运动;平时运动时,要了解自己的身体状况,采取适合的运动方式。

“冬病夏治”启动预约

星报讯(戴心悦 记者 马冰璐)“冬病夏治”是安徽省中医院每年在夏季开展的中医治未病特色品牌治疗治疗之一,该疗法实施多年来,取得了良好的临床疗效。昨日,记者获悉,该院“冬病夏治”启动预约。

今年治疗时间为6月至8月,五次集中治疗时间分别为6月21日、7月11日、7月21日、7月31日、8月10日。

有治疗需求的患者即日起可到相关科室的门诊预约登记,具体预约流程为:就诊科室咨询、预约(5月中下旬至6月中下旬)——人工窗口或自助机建卡、缴费——门诊医生处登记并领取“冬病夏治”治疗卡——凭治疗卡按预约日期到指定地点治疗。“冬病夏治”咨询电话:0551-62838661(工作时间8:00~12:00 14:30~17:30)。

安医大附属口腔医院滨湖门诊部改造升级

星报讯(安一)日前,经过精心设计、装修升级后的安徽医科大学附属口腔医院滨湖门诊部重新开诊。

升级后的门诊部焕然一新,就诊环境更加宽敞明亮。一楼大厅设置了专门的患者候诊区,增加了新的牙科椅位,分门诊部在原有基础上设置了CT室和种植专用诊间,患者可以在门诊部享受一站式全面口腔诊

疗服务。

门诊部开展有牙体牙髓病常规修复和根管治疗、复杂牙髓根尖周病的显微根管治疗、牙体大面积缺损修复;牙周病的综合序列治疗;微创拔牙、牙槽外科;前牙瓷贴面、超薄贴面修复;单颗牙、多颗牙缺失的种植修复;儿童后牙金属预成冠、缺牙间隙管理等项目。