



# 春节遇急症 学会自己先急救



春节即将来临,终于可以放下手头的学习工作跟家人朋友好好聚聚,不过,千万不要让突如其来的疾病破坏了这喜庆祥和的气氛,面对一些常见多发病,掌握一些急救方法很有必要,轻者可减轻痛苦,重者可以为抢救争取时间,挽救生命。

## 急性左心衰

急性左心衰往往是急性心肺疾病的发病前兆,也就是肺源性气喘和心源性气喘,前者多为气管炎、哮喘等疾病,后者则多为心功能不全、心律失常。急性左心衰发作时,患者除了呼吸困难,还常伴有口唇发绀、咳粉红色泡沫痰,不能平卧等,如抢救不及时可能危及生命。

**【急救措施】**迅速让患者采取坐位,双腿下垂,舌下含服硝酸甘油、消心痛或开搏通等药物;如家中备有氧气袋,应马上让病人吸氧,同时拨打“120”急救电话,等待救援人员的到来。

## 急性心肌梗塞

饱餐(特别是大量进食高脂饮食)、情绪激动、劳累、受寒等原因均可导致血管内脂质急剧增高,血液粘稠度增加,从而引发冠状动脉血栓形成而发病。其症状与心绞痛相似,但急性心梗的胸骨后疼痛更剧烈而持久,呈压榨性,可达数小时,甚至1~2天,含服硝酸甘油不能缓解,并伴冷汗、烦躁、血压下降、休克等症状。

**【急救措施】**如果出现以上症状,患者要立刻停止任何体力活动,慢慢躺下休息,避免情绪激动,以减轻心肌耗氧量,同时舌下含服硝酸甘油或亚硝酸异戊酯等速效扩血管药物,并拨打“120”急救电话。在救援人员到来之前,患者可先做深呼吸,然后用力咳嗽,这是有效的自救方法,家属切不可慌乱背或搀扶患者去医院。

## 主动脉夹层

正常人的体动脉血管是由3层结构组成——内膜、中膜和外膜,3层结构紧密贴合,共同承载血流的通过。主动脉夹层是指血液通过主动脉内膜裂口,进入主动脉壁并造成正常动脉壁的分层,往往表现为胸背部突发的、剧烈的、撕裂样疼痛,严重者可以出现心衰、晕厥,甚至突然死亡,多数患者同时伴有难以控制的高血压,该病往年来势凶猛,发展快,死亡率高。

**【急救措施】**一旦出现上述症状,应立即呼叫120,严密观察病情变化,尤其是对疼痛和血压的观察;严格卧床休息,避免用力过度,如

排便、翻身等;一经心脏B超、CT确诊后,转ICU进一步治疗。

## 中风

研究表明,当日最低气温降到0℃以下时,人体血管容易收缩、痉挛,导致血液循环阻力增加,血压升高,使得中风的几率也明显升高。根据发病原因不同,中风又可分为脑梗塞和脑溢血。

**【急救措施】**既往有高血压、糖尿病的患者如果突然出现头晕、头痛、半身肢体麻木乏力,或突然跌倒、言语不清、口角歪斜等症状时,很可能是脑梗塞,此时应尽快将其送到医院行头部CT或MRI确诊。如果患者在体力劳动或情绪激动时突然出现剧烈头痛、喷射性呕吐,并很快伴有意识障碍,甚至昏迷者,多为脑溢血,这时患者的血压往往很高,收缩压一般会超过180毫米汞柱,甚至超过200毫米汞柱,这时千万不要剧烈摇晃已经昏迷的患者,试图将其唤醒,而应该尽快拨打120急救电话。

## 急性胃肠炎

节日期间,很多人的生活规律会被彻底打乱,打牌、游玩、走亲访友成了日常最主要的事情,吃饭也变得没有规律,甚至出现饥一顿、饱一顿,冷一顿、热一顿的现象,或者是吃了一些不干净的食物,导致胃肠功能被严重削弱,引起胃肠黏膜急性炎症性改变。急性胃肠炎主要表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发热等,严重者还可出现脱水、休克。

**【急救措施】**一旦出现上述现象,患者应尽量卧床休息,同时口服葡萄糖电解质液或是冲兑糖盐水以补充丢失的体液。如果呕吐持续或是腹泻严重,则需马上到医院就诊,进行相关检查并静脉输液,此时应吃清淡的流质或半流质食品来缓解胃肠负担。

## 酒精中毒

春节期间亲友相聚少不了推杯换盏,而不加节制地饮酒则是引起酒精中毒的直接原因。每年春节期间,各大医院急诊室都会有不少人因酒精中毒来治疗,主要表现为呕吐、话多、言语不清、动作笨拙等。当中毒者进入昏睡期后,一般表现为面色苍白、口唇微紫、皮肤湿冷、体温下降、瞳孔散大、脉搏快、呼

吸缓慢有鼾声。

**【急救措施】**亲朋好友相聚时,应相互提醒慢慢饮酒,不要劝酒,更不要空腹饮酒。如果有人因饮酒过量出现狂躁症状,千万不能使用镇静剂,更不要用手指刺激咽部来催吐,因为这样会使腹内压增高,导致十二指肠内容物逆流,从而引发急性胰腺炎。

## 上消化道出血

由溃疡病、慢性肝病所引起的消化道出血也是节日前后最主要的消化道疾病之一。春节期间天气寒冷,人体血管收缩,消化道黏膜供血减少,如果此时饮食上再不加节制,吃得过饱,鱼虾等高蛋白食物摄入过多,或是饮酒过量,就极易发生消化道出血,主要表现为呕吐咖啡色的食物或是排出柏油样大便。

**【急救措施】**如果发现大便颜色异常,呈褐色,就应去医院做个大便隐血试验;如果大便呈黑色,甚至是紫红色,说明出血量较大,应该立即去医院就医。发现呕血或黑便后,患者应先克服紧张情绪,如果冰箱中有冷饮,可以慢慢地、间断地饮用,每次100~200毫升,家里有云南白药的,可同时服用,有利于止血;也可以吃些苏打饼干或其他糊状饮食,避免进食粗糙食物。

## 急性胰腺炎

现代人的饮食平时本已厚重,脂肪、蛋白质含量高,而春节又是一年中的最大节日,过分油腻的食物集中摆上了餐桌,再加上酒精对胃肠黏膜的刺激,最容易诱发胰腺水肿,从而发生急性胰腺炎。该病主要表现为餐后1~2小时内出现上腹或左上腹痛,并向左腰部放射,同时伴有发热、恶心、呕吐、四肢厥冷、脉搏细速、血压下降等休克症状。

**【急救措施】**怀疑胰腺炎时,要马上禁食禁饮,以减少胰液的分泌,并采取抬高下肢、保暖等措施。由于急性胰腺炎发病急,病情凶险,严重时可能造成死亡,所以出现上述症状后应尽快医院求治。

## 急性胆囊炎

由于节日期间大吃大喝或是大量饮酒,或是饮食太过油腻,均可导致胆汁分泌过多,从而诱发急性胆囊炎,或是胆石症急性发作。主要表现为右上腹剧烈疼痛,并向右腰背部放射,同时还可伴有发热、寒颤、恶心、呕吐等症状。

**【急救措施】**一旦出现上述症状,怀疑急性胆囊炎时,千万不要随意使用止痛药物,因为这样容易掩盖病情,影响医生对疾病的判断而耽误治疗。可以先口服阿托品或是654-2以缓解疼痛,禁食禁饮。如果以前没发现有胆结石或没做过体检的,应尽早去医院,因为右上腹部疼痛不仅仅是急性胆囊炎的症状,急性胆管炎、十二指肠溃疡、右肾结石等都有可能出现类似症状,不可大意。

## 消化性溃疡穿孔

既往患有消化道溃疡的患者,如果春节期间暴饮暴食,很容易诱发溃疡穿孔,主要表现为突发的上腹剧痛,腹肌紧张,明显的压痛、反跳痛,并伴有恶心、呕吐,严重者还可能出现休克症状。

**【急救措施】**消化性溃疡穿孔一般病情较急,应及时到医院就诊,必要时需要进行外科手术治疗。

## 猫狗咬伤

现在不少家庭中都养有猫、狗等宠物,过年时人多,宠物易受惊伤人,而儿童最容易被猫狗咬伤。

**【急救措施】**去养有宠物的亲朋好友家做客时,如果不慎被猫、狗抓伤咬伤,要立即用大量肥皂水或清水反复冲洗伤口,尽量减少病毒的侵入,不管是被抓伤还是咬伤,都不要包扎,且尽快进行狂犬疫苗注射,最迟不能超过24小时。

山东省平阴县人民医院内科  
主任医师 尹燕东

