

一氧化碳中毒的识别与急救

一氧化碳中毒是一种常见的危害人体健康的疾病，严重威胁着人们的生命安全。为了保护自己和家人，了解一氧化碳中毒的识别与急救方法至关重要。

一氧化碳中毒的定义及原因

一氧化碳中毒是指人体吸入过多的一氧化碳气体，导致身体组织缺氧，从而引发一系列的健康问题。一氧化碳中毒的常见原因包括燃气热水器、煤气炉等使用不当，工业生产过程中煤气泄漏，过多吸入汽车尾气等。特别是在冬季，由于天气寒冷，关闭门窗导致室内空气不流通，增加了中毒的风险。

一氧化碳中毒的识别与诊断

症状 一氧化碳中毒的早期症状包括头晕、头痛、恶心、呕吐、乏力等，这些症状容易被误认为是其他疾病。随着病情的加重，患者可能会出现胸闷、心慌、呼吸困难、视物不清、甚至昏迷等。这些症状通常与一氧化碳中毒的严重程度相关。

询问病史 了解患者是否处于一氧化碳暴露的环境中，如在不通风的室内使用燃气热水器、煤气炉等，或在没有熄火且不通风的车上长时间停留，都可能增加患者一氧化碳中毒风险。

评估环境 在患者所处环境中检查是否存在一氧化碳泄漏的情况。

例如，检查燃气设施是否正常运转，热水器是否漏气，汽车尾气排放是否正常等。

血液检查 通过抽取患者血液中碳氧血红蛋白含量，可以更准确地诊断一氧化碳中毒。但需要在医院等专业医疗机构进行。

在进行识别与诊断时，需要注意以下几点：

1. 对于怀疑一氧化碳中毒的患者，要尽快离开中毒环境，转移到空气新鲜的地方，松开患者衣领及裤带，并注意保暖。

2. 在煤气没散去时不要开灯、使用打火机、打电话等，以免引起爆炸。

3. 救人者可用湿毛巾捂住自己的口鼻，以防中毒。

4. 在确诊一氧化碳中毒后，要积极采取急救措施，并及时将患者送往医院接受进一步治疗。

一氧化碳中毒的急救措施

脱离中毒环境 首先要迅速离开中毒环境，将其移至空气新鲜的地方，减少患者一氧化碳吸入量，减轻中毒症状。

吸氧 对于轻、中度的一氧化碳中毒患者，可以吸氧治疗。吸



氧可以加速一氧化碳的排出，改善身体的缺氧状态。吸氧的方式可以是鼻导管吸氧或面罩吸氧。

高压氧治疗 对于重度中毒及曾出现过昏迷的中毒患者，需要给予高压氧治疗。这可以迅速提高患者血液中的氧气含量，减轻脑水肿等并发症，缩短病程。

观察生命体征 在急救过程中，要密切观察患者的生命体征，包括体温、呼吸、脉搏、血压等。同时要注意观察患者的意识状态。

防止并发症 在急救过程中，要积极预防并发症的发生。对于出现抽搐、昏迷等症状的患者，要及时给予相应的处理和治疗，以防病情恶化。

在进行急救时，需要注意以下几点：

1. 患者出现呕吐时，要把患者的头偏向一侧，并及时清理掉口腔及鼻腔的呕吐物，防止呕吐物误吸

入气管导致窒息。

2. 患者出现抽搐时，勿给患者喂水及食物，不要将手指、毛巾等放入患者口中，避免咬伤出血及堵塞呼吸道，也不要强力按压抽搐的肢体，避免骨折。

预防一氧化碳中毒的措施

预防一氧化碳中毒的措施包括以下几个方面：定期检查燃气设施，按规定时间更换旧的燃气管道；合理使用燃气热水器，尽量将热水器安装在室外，避免在不通风的室内长时间使用燃气；安装一氧化碳报警器，及时发现并处理气体泄漏；此外，还要注意室内通风换气，特别是在冬季要避免长时间关闭门窗；定期维护汽车发动机，确保尾气排放系统正常工作，避免长时间在没熄火且不通风的车上停留也是预防一氧化碳中毒的重要措施之一；生产过程中严格按照规定操作，戴好防毒面具，加强一氧化碳浓度的监测。

一氧化碳中毒是一种严重危害人体健康的疾病，及时识别和急救是保护生命的关键。通过了解一氧化碳中毒的症状和原因，掌握正确的急救措施和预防方法，我们可以减少一氧化碳中毒事件的发生，并在遇到这种情况时迅速采取行动，减少伤害和死亡的风险。

玉林市第二人民医院 梁悦

肾衰竭：肾脏的“罢工”与生命维持

肾衰竭是一种严重的肾脏疾病，对患者的生命健康构成严重威胁。肾衰竭的病因多种多样，包括高血压、糖尿病、肾小球肾炎等慢性疾病，以及药物中毒、缺血等急性因素。了解肾衰竭的基本知识、预防措施以及治疗方法，对于提高患者的生活质量和预后具有重要意义。本文将详细介绍肾衰竭的相关知识，帮助读者更好地了解这一疾病。

肾衰竭的基本知识

1. 肾衰竭的定义和分类

肾衰竭是指肾脏功能部分或全部丧失，分为急性肾衰竭和慢性肾衰竭两种类型。急性肾衰竭通常由急性疾病引起，如外伤、手术或药物中毒等，而慢性肾衰竭则是由慢性肾脏疾病逐渐发展而来。

2. 肾衰竭的症状和表现

肾衰竭的症状和表现通常包括以下几个方面：

(1) 尿量减少：肾衰竭时肾脏无法正常滤尿，导致尿量减少。

(2) 水肿：肾衰竭导致体内多余的水分无法排出，引起水肿。

(3) 高血压：肾衰竭时肾脏无法正常调节血压，导致高血压。

(4) 恶心、呕吐、食欲不振：肾衰竭导致体内毒素堆积，引起胃肠道症状。

(5) 贫血：肾衰竭导致红细胞生成素减少，引起贫血。

3. 肾衰竭的诊断方法和标准

诊断肾衰竭需要进行一系列检查，包括尿常规、肾功能检查、影像学检查等。

肾衰竭的治疗和管理

1. 肾衰竭的紧急处理措施

对于急性肾衰竭，需要进行紧急处理，包括去除病因、控制感染、纠正水电解质平衡等。对于慢性肾衰竭，则需要采取综合治疗措施，包括药物治疗、饮食管理、运动治疗等。

2. 肾衰竭的透析治疗和肾脏移植

对于终末期肾衰竭患者，透析治疗和肾脏移植是有效的治疗方法。透析治疗包括血液透析和腹膜透析两种方式，可以清除体内过多的水分和毒素，急性肾衰竭在祛除病因及经过一段时间的肾脏替代治疗，则有很大机率能恢复肾功能，对于不能恢复者，则需要长期血透治疗或肾脏移植治疗；肾脏移植则是通过手术将健康的肾脏植入患者体内，以替代病变的肾脏。

3. 肾衰竭的药物治疗和管理

药物治疗是肾衰竭治疗的重要手段之一。对于慢性肾衰竭患者，药物治疗的主要目的是控制血压、降低血糖、纠正贫血等；对于急性肾衰竭患者，药物治疗则主要是针对病因进行治疗。

4. 肾衰竭的生活方式和饮食管理

饮食管理是肾衰竭治疗的重要环节之一。患者需要控制饮食中的盐分、蛋白质和脂肪摄入量，以减轻肾脏负担；同时，适当运动也有助于改善患者的身体状况。此外，戒烟限酒也是必要的措施之一。

肾衰竭的预防和早期干预

1. 肾衰竭的预防措施

预防肾衰竭的关键是积极治疗原发病、控制慢性疾病的发展、避免药物和毒物的滥用和接触等。此外，合理饮食、适量运动也有助于预防肾衰竭的发生。

2. 肾衰竭的早期发现和干预

早期发现和治疗肾脏疾病对于预防肾衰竭具有重要意义。患者需要定期进行肾功能检查、尿常规检查等，以便及时发现肾脏问题并采取相应措施。在出现肾脏疾病症状时，应及时就医并进行相关检查和治疗。

3. 肾衰竭的健康教育和知识普及

(1) 提高公众对肾脏健康的认知度：通过宣传和教育，让公众了解肾脏的基本功能、肾衰竭的危害和预防措施。

(2) 为高危人群提供针对性的健康教育和预防措施

针对高血压、糖尿病、肾小球肾炎等慢性疾病患者，以及老年人、长期吸烟饮酒等高危人群，提供针对性的健康教育和预防方案。

4. 社会支持和资源利用

(1) 患者支持群体和社会援助：建立患者支持群体，为肾衰竭患者提供心理支持、护理指导等服务；同时，充分利用社会资源，为患者提供医疗费用等方面的援助。

(2) 引导患者合理利用医疗资源和相关政策福利：帮助患者了解并利用现有的医疗资源和政策福利，减轻患者的经济负担，提高治疗效果和生活质量。

通过深入了解肾衰竭的基本知识、预防措施以及治疗方法，我们可以更好地管理这一疾病，提高患者的生活质量。同时，社会各界也应加强对肾衰竭的关注和研究，为患者提供更好的治疗服务和社会支持。未来，随着医学技术的不断发展和创新，相信我们能够更好地预防和治疗肾衰竭，为患者的健康保驾护航。

崇左市天等县人民医院 赵福聪