



# 佳节将至 警惕五大“春节急病”

春节是中华民族最隆重的节日,承载着阖家团圆的温馨与喜悦,但也是各类急症与意外事件频发的时段。随着聚餐增多、大量饮酒、情绪波动等诱因,无疑为酒精中毒、心脏病、脑卒中、呼吸道异物阻塞以及烧烫伤等健康隐患埋下了伏笔。面对这些可能不期而遇的挑战,我们需时刻绷紧安全之弦,确保在突发状况时能够迅速应对。

## 酒精中毒

春节期间,亲朋好友聚餐免不了推杯换盏,如不加节制,容易饮酒过量,轻者面红耳赤,恶心呕吐,严重者胡言乱语,步态不稳,甚至不省人事,呼吸麻痹死亡。如果出现上述酒精中毒表现,可以按以下方法急救。

1. 停止饮酒 对于神志清醒者,应该停止饮酒并喝些糖水,以促进体内酒精排出,同时保证充分休息,常可自行缓解。

2. 侧卧 对于意识模糊者,不要强行喂水或药物,让其保持侧卧体位,清除口腔内容物,避免呕吐引起窒息。同时尽快送医,以免延误抢救时机。

3. 保暖 给患者盖上毛毯或被子,防止酒精引起皮下血管扩张而导致的体温过低。

4. 救命 如果患者意识丧失,呼吸停止,应立刻进行心肺复苏。

### 其他相关急病

(1) 急性胰腺炎:如果暴饮暴食后出现上腹或左上腹痛,并向左腰背部放射,同时有发热、恶心、呕吐、脉搏细速,甚至血压下降、休克等症状,很可能是发生了急性胰腺炎,应立即禁食并就医。

(2) 双硫仑样反应:如饮酒前后服用了头孢类、甲硝唑等药物,会引起双硫仑反应,即药物抑制乙醇代谢导致的一系列酒精中毒症状,如皮肤瘙痒、药疹、呕吐、腹痛等,严重者还会出现呼吸困难、心率加快、心律失常等,危及生命。

(3) 消化道出血:空腹饮酒或大量饮酒,酒精会渗透胃壁,或刺激胃酸大量分泌,造成胃黏膜损伤,严重者可导致上消化道出血。有些人醉酒后习惯用手指抠口腔刺激呕吐,可能导致贲门撕裂,呕吐鲜血。

## 心脏病发作

家人团聚时,常常会一起打牌、搓麻将等,输赢之间容易情绪波动,导致血压升高、心率加快,可能引起心脏病发作。这时,患者通常会感到胸部不适,有重压感、挤压感、胀满或疼痛感,并持续几分钟。这种不适感有时也可能出现在其他部位,如手臂、后背、颈部、下颏或胃部,同时伴有气促、冷汗、恶心、头晕目眩等症状。此时可按以下方法处理。

1. 呼救 尽快拨打120急救电话,将患者尽快送至具备胸痛救治能力的医院进行治疗。

2. 休息 务必让患者保持情绪平稳,同时卧床休息,限制活动,减轻心肌耗氧量。

3. 吸氧 松开衣领、腰带、紧身衣物等,开窗通风,保持室内空气新鲜流通,有条件者可以适当吸氧,医用氧气罐或家用制氧机均可。

4. 服药 如果患者无阿司匹林过敏史、无严重出血,也没有脑卒中表现,可给患者嚼服300毫克阿司匹林。

5. 心肺复苏 如果患者意识丧失,且呼吸、心跳停止或呈濒死样呼吸,应立即对其实施心肺复苏——心外按压30次(频率为每分钟100~120次),人工呼吸2次,往复循环,直至患者恢复呼吸心跳或专业救援人员到来。

## 脑卒中

春节团聚时,老年人因情绪激动、作息不规律或过度疲劳,容易导致血压上升,同时由于饮食过于油腻、过量饮酒、天气变化等原因,使得脑卒中的发生几率大大增加,出现意识模糊、肢体无力、语言障碍等症状。如何快速识别脑卒中征象、及时获得救治对患者来说非常重要。

1. 识别 对于意识清醒者可以用“FAST”方法识别脑卒中。FAST分别代表面部(Face)、手臂(Arm)、言语(Speech)和时间(Time)。

F (Face) 面部不对称,口眼歪斜。

A (Arm) 一侧手臂乏力或麻木。

S (Speech) 言语含糊不清。

T (Time) 如果出现上述三项中任何一项,即可能发生了脑卒中,应立即拨打120急救电话送院诊治。

2. 急救 立即让患者平躺,解开衣领和腰带,尽量不要移动患者头部和上身;意识模糊者,应将其头部偏向一侧,或保持侧卧姿势,清除口腔内容物,保持气道通畅;如果患者心跳、呼吸停止或呈濒死样呼吸,应立即对其实施心肺复苏。

## 气道异物梗阻

春节期间聚餐增多,特别是在进食汤圆、团子等甜糯食物,或者大块肉类时,容易发生食物阻塞气道,有中风病史伴吞咽困难的老人更容易发生。气道异物梗阻时,患者会出现剧烈咳嗽、呼吸困难、不能发声,进而由于

缺氧导致面色潮红、口唇青紫等表现。此时应立即用海姆立克法进行急救。

对于1岁以上的儿童和成年人,施救者站在患者身后,双脚前后分开,前脚置于患者双脚之间,呈弓步状,保持身体稳定。双手环绕患者腹部,一手握拳,拇指侧放在患者腹部中线,剑突下与脐上的腹中线上(肚脐上两横指处),另一只手握住握拳之手,快速向内、向上冲击患者的上腹部,约每秒1次,重复多次,直至异物排出。

对于1岁以下婴幼儿,将婴儿面部朝下,放在手臂上,手臂贴着前胸,大拇指和其余四指分别卡在颌骨位置。另一只手在婴儿背上肩胛骨中间拍5次。如果异物没有排出,将婴儿翻正,面部朝上,用食指和中指在其两乳头连线中点处快速按压5次。上述动作反复操作,直到异物排出或婴幼儿恢复呼吸。

## 烧烫伤

春节期间因燃放烟花爆竹而导致的烧烫伤等意外事件时有发生,轻者出现皮肤发红、灼烧感明显,可能伴有单一水泡;重者皮肤红肿、疼痛剧烈并伴有大量水泡;如果伤及真皮层可能导致疼痛感消失,皮肤焦痂或皮肤蜡白等表现。此时可以按“冲-脱-泡-盖-送”的方法处理。

冲:立即用冷水冲洗或浸泡伤口10分钟以上,直至疼痛和灼热感消失。躯干及其他部位可用湿毛巾冷敷。

脱:确定伤处冷却后,小心清除伤口衣物或佩戴物,必要时用剪刀剪开。

泡:对于疼痛明显者可持续浸泡在冷水中10~30分钟。

盖:用敷料遮盖伤处,注意避免胶布粘连伤口。也可用清洁的保鲜膜作为敷料。

送:呼叫120送专科医院治疗。

需要注意的是,如果伤口有出血,需及时止血包扎;如果伤者咽部疼痛,声音嘶哑,需警惕呼吸道烧伤,应注意保持气道通畅,并及时清除气道分泌物;不要在伤口涂抹酱油、牙膏等,以免造成伤口感染;不建议挤破水泡,暴露伤口更容易导致感染,应交由医生酌情处理。

广州医科大学附属第三医院 急诊科 彭宇华



湖南师范大学附属湘东医院  
咨询挂号就诊电话: 0731-23222356  
24小时急救电话: 0731-23203999  
网址: http://xdyy.hunnu.edu.cn/

## 一氧化碳中毒 该如何急救?

春节期间,一家人围着火炉聊天、看电视、吃零食,好不惬意。殊不知,此时正是一氧化碳中毒的高发时刻。如果发生一氧化碳中毒,该如何施救呢?

### 迅速撤离中毒环境

一旦发现有人一氧化碳中毒,应迅速将患者从中毒环境中撤离,转移到空气新鲜、流通的地方。同时打开门窗,及时通风换气,降低室内一氧化碳的浓度。在撤离过程中,要解开患者的衣领、腰带等,保持其呼吸道通畅。

### 评估患者生命体征

将患者转移到安全地带后,要立即评估其生命体征,呼吸、心跳、意识等。如果患者出现呼吸、心跳停止,应立即进行胸外按压和人工呼吸。同时呼叫120,并详细说明患者的情况和所在位置,以便急救人员能够快速到达现场进行救治。

### 给予氧气支持

在等待急救人员到来的过程中,有条件者可以立即给予患者吸氧。高流量、高浓度的氧气能够帮助患者排出体内的一氧化碳,减轻中毒症状。

### 保持患者体温

一氧化碳中毒可能会影响患者的体温调节功能,导致体温过低。可用毛毯等为患者保暖,避免体温进一步下降。但注意不要过度保暖,以免影响患者散热。

### 防治并发症

一氧化碳中毒的并发症很多,包括脑水肿、肺部感染等。急救过程中要密切观察患者的病情变化,积极防治各种并发症。

湖南师范大学附属湘东医院 晏文静