

常见急症的处理方法与技能

□ 韦玉秀

在日常生活中,我们有时会遇到各种突发的急症情况。这些急症可能让人惊慌失措,但如果我们了解一些基本的急救知识,就可以在关键时刻提供及时的帮助。本文将介绍一些常见的急症处理方法,帮助大家遇到类似情况时能够正确应对。

一、常见急症处理方法

1.突发心脏病:心脏突然停止跳动或呼吸停止,立即进行心肺复苏,并请求旁人呼叫120,若无旁人在场,则在5个回合心肺复苏后呼叫120求救。

(1)人工呼吸:使病人平躺在床上,解开衣服,放在一侧颈下放置垫圈,用手指捏住鼻子,进行口对口吹气。吹气时要注意胸部起伏,说明通气有效。

(2)胸外按压:将病人置于硬地板或硬板床上,使其身体平直,在胸骨下半部(双乳头连线中点)进行胸外按压。按压时肘伸直,垂直向下用力按压,按压深度为5-6cm,按压频率为100-120次/分。

2.突发骨折:骨折发生后,应尽量减少搬动病人,避免骨折断端摩擦创面造成感染。可用担架或硬纸板将伤者抬到平坦位置,使其

头偏向一侧,避免误吸呕吐物。有内出血症状的伤者不宜搬动,可在出血部位放冷水袋或冰块进行止血。搬运骨折伤者时应用夹板固定患处并做好标记,由多人协同将伤者抬往目的地。切忌让患者自行行走,或使用柔韧性差的草绳等软带捆扎。

3.急性创伤出血:现场应急处理方法包括:加压包扎止血法、止血带止血法、填塞止血法和指压止血法。加压包扎止血法适用于小动脉、静脉及毛细血管的出血,是最常用的止血方法。止血带止血法主要用于四肢有大血管损伤时的止血,但应注意根据不同部位选用不同长度的止血带。填塞止血法适用于头部、颈部和体表的大面积软组织伤。指压止血法适用于四肢部位的大出血,按压伤口附近的动脉干,阻断血流。

4.溺水急救:迅速将患者从水中救出,清理呼吸道和口腔、鼻腔中的泥水、污物,将昏迷患者平卧,将其头部偏向一侧,取出口内异物,松解和脱去衣领、腰带等紧身物。如患者呼吸停止应立即进行口对口吹气(或做人工呼吸),有条件时立即进行气管插管正压给氧。患者恢复呼吸后可将其头抬高避免误吸。

二、急救基本技能

1.人工呼吸:使患者保持仰卧位,松开腰带,清理口鼻分泌物。救护者跪在患者头侧,一手托起患者下巴,另一手捏住鼻子,打开口腔后用嘴包住患者的嘴(防止漏气),有节奏地吹气。吹气时观察患者胸部起伏状况,说明有效。

2.胸外心脏按压:让患者平卧在硬板床或地上,在患者胸骨下半部(双乳头连线中点)用一手手掌根部(不宜使用整个手掌)垂直按压胸部5-6cm深度(约相当于平时自己两个手掌的宽度)。放松时要用手掌根拖住胸部,切忌按压胸部时手离开胸部。按压与放松时间大致相等(按压频率为100-120次/分)。

3.止血:当皮肤受到较大创伤时容易发生出血。一旦出现出血首先不要惊慌失措,可用干净的布类或消毒的敷料进行加压包扎以达到止血的目的。若加压包扎仍不能有效止血,应迅速呼叫救护车将伤者送至就近医院进行处理。对于四肢出血可就地用夹板固定伤肢。

三、紧急自救法

如果遇到车祸等意外不幸自己被撞伤或

摔伤后不要惊慌失措,应迅速做出判断(轻者可以自己处理),采取以下紧急自救法:轻度外伤者将伤口用清水冲洗干净并消毒处理后用干净布块或消毒的敷料进行加压包扎即可;严重外伤者应迅速拨打120急救电话或将伤者送至就近医院进行处理;有骨折者切不可乱搬动骨折部位或用柔韧性差的草绳等软带固定;有内出血症状者切不可随意揉搓伤处;有呼吸困难者应及时清理呼吸道分泌物并进行人工呼吸或做气管插管正压给氧;头部、颈部和体表大面积软组织受伤者就地取材进行加压包扎;四肢大血管受伤者应抬高受伤部位并加压包扎并及时呼叫救护车或将伤者送至就近医院进行处理;若发生多处骨折或严重外伤时应迅速拨打120急救电话寻求专业救护人员的帮助。

总的来说,了解和学习常见急症的处理方法对每个人来说都是非常重要的。在关键时刻,正确的急救知识和处理方法可以挽救生命,帮助他人度过危机。因此,我们应该不断学习急救知识,提高自己的应急处置能力,为自己和他人的安全健康保驾护航。

(作者单位:河池市第三人民医院)

冠心病的症状、预防与治疗方法

□ 石大鹏

随着人们生活水平的提高,饮食结构的变化以及生活节奏的加快,冠心病逐渐成为人们关注的焦点。冠心病,也就是冠状动脉粥样硬化性心脏病,是一种常见的心血管疾病。

一、冠心病的成因

冠心病的发生主要与冠状动脉粥样硬化的形成有关。这种硬化是由于冠状动脉内脂肪沉积过多,导致血管弹性降低,狭窄甚至闭塞。常见的危险因素包括年龄、家族史、高血压、高血脂、吸烟等。

二、冠心病的常见症状

1.心绞痛:这是冠心病最常见的症状,表现为胸前区疼痛或压迫感,通常在活动增加或情绪激动时出现,持续时间短则数秒钟,长

则数分钟。

2.心悸:患者感到心跳加速、不规律或减弱,可能伴随胸闷、头晕等症状。

3.呼吸困难:患者感到呼吸费力,可能伴随咳嗽、咳痰等症状。

三、冠心病的预防

1.健康饮食:保持低盐、低脂肪的饮食,多摄入富含纤维的食物,有助于降低血脂。

2.规律运动:适度的有氧运动有助于增强心血管功能,降低患病风险。

3.控制体重:肥胖是冠心病的危险因素之一,控制体重有助于保持健康。

4.戒烟限酒:戒烟和适量饮酒对于预防冠心病非常重要。

四、冠心病的诊断和治疗

当出现上述症状时,应及时就医进行诊断和治疗。医生会根据患者的具体情况进行心电图、超声心动图、血管造影等检查,以确定冠心病的严重程度。治疗方法包括药物治疗、介入治疗和手术治疗等。药物治疗是冠心病的基本治疗手段,通过服用药物来控制病情,缓解症状,降低疾病恶化风险。介入治疗是通过球囊扩张或支架植入等方法,改善冠状动脉狭窄,恢复血流。手术治疗是针对严重冠心病的治疗方法,包括搭桥手术等。

五、病例分享

让我们来看一个真实的病例。张先生今年55岁,最近几个月感到心悸和胸闷,特别

是在活动后症状加重。经过检查,医生诊断他为冠心病。经过药物治疗和饮食控制,张先生的症状逐渐减轻。在随访过程中,医生建议他考虑介入治疗以进一步改善冠状动脉狭窄。经过与家人商量,张先生接受了介入治疗,术后恢复良好。如今,他已经摆脱了冠心病带来的困扰,过上了健康的生活。

通过本文的解析,我们了解了冠心病的成因、症状、预防和治疗等方面的知识。保持良好的生活习惯和健康饮食是预防冠心病的关键。如果出现疑似冠心病的症状,应及时就医,以便得到及时诊断和治疗。希望这篇文章能帮助您更好地了解冠心病,从而避免误诊和延误治疗。

(作者单位:唐山市工人医院)

糖尿病肾病早期表现及治疗方案

□ 刘晓艳

糖尿病肾病是糖尿病的一种严重并发症,对肾脏健康产生严重影响。早期发现糖尿病肾病并采取合适的治疗方案,对延缓病情发展、保护肾功能具有重要意义。本文将为您详细介绍糖尿病肾病早期表现及治疗方案。

一、糖尿病肾病早期表现

糖尿病肾病早期症状并不明显,部分患者可能仅表现为轻度蛋白尿。随着病情的发展,可能出现以下症状:

1.尿异常:部分患者可能出现小而密的尿泡沫,且泡沫经久不散,以及夜尿次数增多、尿量异常等。这些症状可能是肾功能不全的早期表现,应及时去医院做肾脏筛查。

2.眼底异常:糖尿病眼病和糖尿病肾病

均属于微血管并发症,二者可以同时存在。因此,当患者出现视物模糊、视力下降等眼底微血管病变时,也应警惕糖尿病肾病的发生。

3.非特异性症状:多数糖尿病肾病患者在早期会出现疲乏无力、面色发黄、食欲不振等非特异性表现。这些症状往往容易被忽视,导致肾脏病变不能被早期发现而耽误治疗。

二、糖尿病肾病治疗方案

针对糖尿病肾病的治疗,主要包括以下几个方面:

1.改变不良生活方式:合理控制体重、采用糖尿病饮食、戒烟及适当运动等,有助于控制血糖水平,减轻肾脏负担。

2.优质低蛋白饮食:肾功能正常的患者

饮食中每天进食蛋白的量为每天每公斤体重为0.8g,以减轻肾脏负担。补充优质蛋白,如牛奶、鸡蛋清等。

3.控制血糖:血糖控制不佳可加速糖尿病肾病的发生发展,因此应积极控制血糖。在医生的指导下,选择合适的口服降糖药或胰岛素进行治疗,使血糖控制在理想范围内。

4.控制血压:高血压是导致糖尿病肾病进展的重要因素,应积极控制血压。在医生的指导下,使用降压药物,如ACEI类、ARB类等,使血压控制在130/80mmHg以下。

5.药物治疗:在医生的指导下,使用ACEI、ARB、非奈利酮等药物,可以减缓糖尿病

肾病的进展,保护肾功能。但需注意,药物治疗需在医生指导下进行,避免药物滥用和增加副作用。

6.血液透析和肾移植:对于终末期肾病患者,可以考虑血液透析和肾移植治疗。血液透析可以帮助患者排除体内毒素,维持生命;肾移植则是通过手术将健康的肾脏植入患者体内,恢复肾功能。

总之,糖尿病肾病早期症状并不明显,因此患者要定期进行肾脏筛查,及时发现并治疗糖尿病肾病。同时,患者应积极改变不良生活方式,控制血糖和血压,采取药物治疗等措施,保护肾功能,延缓病情发展。

(作者单位:河北省唐山市丰南区医院)

儿童麻醉的方法、风险及术后护理方法

□ 王冰冰

随着医疗技术的不断发展,儿童麻醉已经成为了现代医学的重要组成部分。在儿童手术或治疗过程中,麻醉医生会使用各种药物和方法,使儿童在手术或治疗过程中保持无痛状态,确保手术或治疗顺利进行。本文将为您介绍儿童麻醉的相关知识,包括麻醉前准备、麻醉方法、麻醉风险、术后护理等方面。

一、麻醉前准备

1.术前评估:在手术前,医生会对儿童进行全面的身体检查,包括评估儿童的健康状况、病史、过敏史等,以确保儿童适合进行手术或治疗。

2.术前准备:在手术前,医生会为儿童进行必要的准备工作,如清洁口腔、更换手术服等。同时,医生还会为儿童注射术前药物,以

减轻紧张和不适感。

二、麻醉方法

1.局部麻醉:局部麻醉是指使用局部药物对手术部位进行麻醉的方法。适用于小型手术和检查项目,如拔牙、扁桃体切除术等。

2.全身麻醉:全身麻醉是指使用药物使儿童在整个手术过程中失去知觉的方法。适用于较大手术和需要长时间手术的疾病,如先天性心脏病、脊柱畸形等。

三、麻醉风险

虽然现代麻醉技术已经非常成熟,但仍存在一定的风险。常见的风险包括呼吸系统问题、心脏问题、过敏反应等。为了降低风险,医生会采取一系列措施,如术前评估、术中监

测、术后护理等。同时,家长应该了解一些常见的麻醉误区,如过度紧张、隐瞒病史等。

四、术后护理

1.观察生命体征:术后,医生会密切观察儿童的呼吸、心率、血压等生命体征,以确保麻醉药物逐渐代谢,儿童恢复自主呼吸和意识。

2.饮食和饮水:术后,医生会根据儿童的年龄和手术部位,指导家长给予适当的饮食和饮水。一般来说,术后2-3小时后可以开始进食和饮水。

3.术后恢复:术后,医生会根据儿童的恢复情况,给予适当的康复建议,如避免剧烈运动、定期复查等。同时,家长应该关注儿童的心理状况,给予关爱和支持。

五、其他注意事项

1.避免过度劳累:在儿童进行手术或治疗前,家长应该尽量避免让儿童过度劳累,如参加大量运动、疲劳玩耍等。

2.按时接种疫苗:在儿童进行手术或治疗前,家长应该按时带儿童接种疫苗,如流感疫苗、肺炎疫苗等,以预防术后感染。

总之,儿童麻醉是现代医学的重要组成部分,为了确保手术或治疗的顺利进行,医生会采取一系列措施进行准备和护理。家长应该了解相关知识和风险,配合医生的治疗和护理建议,为儿童创造一个安全和舒适的环境。

(作者单位:联勤保障部队第九八八医院焦作院区)