

心跳骤停应急处置全攻略

□ 丰佳佳

心跳骤停(Sudden Cardiac Arrest, SCA)是一种突发性、致命性的心脏功能失常,若不及时处理,极可能导致死亡。本文将介绍心跳骤停的应急处置方法,旨在帮助公众了解和掌握相关急救知识,以便在紧急情况下能够正确应对,挽救生命。

一、心跳骤停的基本认识

1、心跳骤停的定义:心跳骤停是指心脏突然停止跳动,导致血液循环中断,身体各器官无法获得足够的氧气和营养。心跳骤停是一种严重的急症,若不及时进行有效的急救干预,患者可能在数分钟内死亡。

2、常见原因:①冠心病:冠心病是心跳骤停最常见的原因之一,冠状动脉的阻塞会导致心肌缺血,进而引发心跳骤停。冠心病通常与高血压、高胆固醇和吸烟等危险因素有关。②心律失常:心律失常包括室颤和心室扑动等异常心律,这些情况会导致心脏无法有效泵血,从而引发心跳骤停。心律失常可以是原发性疾病,也可以是其他心脏病的并发症。③心肌梗死:心肌梗死是指心脏血管突然堵塞,导致心肌坏死,引发心跳骤停。这种情况通常是由于冠状动脉的急性闭塞引起的,患者常常有剧烈的胸痛和其他心脏病症状。④其他因素:除了上述原因,严重的电解质紊乱(如高钾血症、低钾血症)、药物过量(包括某些处方药和非法药物)、窒息、溺水等也可以导致心跳骤停。

二、发现心跳骤停迹象

1、初步判断:①无反应:患者对外界刺激

无反应是心跳骤停的提示之一。如果患者呼之不应、拍打肩膀也没有反应,说明其意识已经丧失。②无呼吸或异常呼吸:患者没有正常的呼吸或出现喘息样呼吸(即濒死喘息),则表明患者可能发生了心跳骤停。这种喘息样呼吸通常是一种短暂的、不规则的呼吸,无法有效提供氧气。

2、检查脉搏:用食指和中指轻按患者颈动脉(靠近喉结旁),感受是否有脉搏跳动。如果在10秒内无法感受到脉搏,则可以初步判断心跳骤停。颈动脉是最容易接触到的大动脉之一,在紧急情况下,检查颈动脉脉搏是快速评估患者心脏状况的有效方法。

三、心跳骤停的应急处置步骤

1、确认并呼救:①确认心跳骤停:通过前述症状和脉搏检查确认患者出现心跳骤停。如果患者无反应、无呼吸或异常呼吸,并且感觉不到颈动脉脉搏,即可判断为心跳骤停。②立即呼救:呼叫急救电话(如中国的120)并告知具体情况和地点。呼救时要保持冷静,尽量提供详细的信息,包括患者的状况、所在位置和任何已进行的急救措施。

2、心肺复苏(CPR):①体位:将患者平躺在坚硬的地面上,跪在患者一侧。确保患者仰卧平躺,头部平坦,以便进行有效的胸外按压。②按压位置:双手掌根重叠,放在患者胸骨中下三分之一处。正确的按压位置可以提高心肺复苏的效果,避免对患者造成不必要的伤害。③按压频率和深度:以每分钟100-120次的频率按压,深度约5-6厘米。每

完成30次按压后进行人工呼吸。按压时要保持节奏和深度,以确保每一次按压都能产生有效的血液循环。

3、人工呼吸:①开放气道:采用仰头抬颌法打开患者气道。用一只手扶住患者额头,另一只手抬起下颌,使气道保持开放状态。②人工呼吸:捏住患者鼻孔,嘴对嘴吹气,每次吹气约1秒,确保胸廓起伏。每次按压30次后进行2次人工呼吸,持续进行5个循环。人工呼吸的目的在于为患者提供氧气,维持生命体征。

4、自动体外除颤器(AED)使用:若现场有AED,立即取来使用。AED是自动体外除颤器,能够自动分析心律并提供电击以恢复正常心跳。打开电源,启动AED。大多数AED设备都有语音指令,指导使用者进行操作。贴电极片,按照AED上的图示,将电极片贴在患者的胸部。一片放在右上胸部,另一片放在左下胸部。听从指示,AED会分析心律并指示是否需要除颤。若需要,按下除颤按钮。使用AED时要遵循设备的指示,确保安全和有效。

四、心跳骤停后的进一步处理

1、持续心肺复苏:在急救人员到达前,持续进行心肺复苏,保持患者的基本生命体征。即使患者恢复了呼吸和脉搏,也应继续观察,并准备在必要时再次进行心肺复苏。持续的心肺复苏可以大幅提高患者的生存机会。

2、急救人员接管:急救人员到达后,向其详细说明患者的情况和已采取的措施,协助

进行进一步的救治。急救人员拥有更专业的设备和技术,可以提供高级心肺复苏、药物治疗和其他必要的急救措施。

3、转运至医院:急救人员会将患者转运至医院,进行进一步的专业治疗,如高级心肺复苏、药物治疗和手术等。

五、心跳骤停的预防

1、定期体检:定期进行健康检查,尤其是心血管系统检查,早期发现和治疗潜在的心脏疾病。通过血压、血脂和心电图等检查,可以评估心脏健康状况,及早发现问题并采取相应措施。

2、健康生活方式:①饮食:保持低盐、低脂、低糖饮食,增加蔬菜水果的摄入。合理的饮食结构可以降低心血管疾病的风险,预防心跳骤停的发生。②运动:坚持适量的有氧运动,如步行、跑步、游泳等。规律的运动有助于增强心脏功能,改善血液循环,降低心脏病的发生率。③戒烟限酒:吸烟和过量饮酒是心血管疾病的风险因素,戒烟限酒有助于保护心脏健康。

3、药物管理:若患有高血压、高血脂、糖尿病等慢性疾病,遵医嘱服药,控制病情。定期复查,调整药物剂量,确保病情稳定。

总之,心跳骤停是一种非常危急的医疗紧急情况,掌握正确的应急处置方法是每个公民的责任和义务。心跳骤停的应急处置不仅仅是一项技能,更是一份责任与使命。让我们共同努力,为社会的健康与安全贡献力量。(作者单位:上海德济医院)

牙髓炎的基本知识和防治方法

□ 蓝东云

牙齿是人体最重要的器官之一,它们不仅关系到我们的饮食,还影响到我们的形象和自信心。然而,牙齿健康问题却常常被人们忽视。其中,牙髓炎作为一种常见的牙齿疾病,给患者带来了巨大的痛苦。本文将为您介绍牙髓炎的相关知识,希望能提高大家对牙齿健康的重视。

一、什么是牙髓炎

牙髓炎是指牙齿内部的牙髓组织(牙神经)发生炎症的一种疾病。牙髓是牙齿内部的一块柔软的组织,它包含神经、血管和淋巴管,负责供给牙齿养分和感觉。当牙齿受到龋齿、牙裂、牙折等损害时,细菌容易侵入牙髓,引发炎症。

二、牙髓炎的症状有哪些

1、疼痛:牙髓炎的最主要症状就是疼痛,疼痛程度因人而异,轻者可能只是轻微不适,重者则可能出现剧烈痛楚。疼痛通常在夜间加剧,让人难以入睡。2、冷热敏感:患者在接触到冷热食物时,可能会出现疼痛或不适感。3、咀嚼困难:由于疼痛,患者在咀嚼食物时会感到不适,甚至可能出现牙齿无法正

常咀嚼的情况。4、自发痛:牙髓炎患者可能会出现无明显诱因的自发痛,疼痛可能无法定位,患者无法准确指出哪颗牙齿出现问题。5、放射性疼痛:牙髓炎引发的疼痛可能沿着神经线路放射至面部、头皮等其他部位。

三、牙髓炎的原因有哪些

1、龋齿:龋齿是导致牙髓炎最常见的原因。当龋齿发展到较深程度时,细菌容易侵入牙髓,引发炎症。2、牙裂、牙折:牙齿的裂纹或折断可能导致牙髓暴露,使细菌有机会侵入。3、牙周病:牙周病是指牙周周围的牙龈、牙槽骨等组织的炎症。当牙周病发展到一定程度时,细菌可能会通过牙周组织侵入牙髓。4、牙齿充填物磨损:牙齿充填物在使用过程中可能会磨损,暴露牙髓,使细菌有机会侵入。5、牙齿矫正或修复过程中:在牙齿矫正或修复过程中,如果操作不当,可能导致牙髓暴露。

四、牙髓炎的危害有哪些

1、疼痛:牙髓炎会导致剧烈的疼痛,影响患者的正常生活和工作。2、牙齿功能受损:

牙髓炎可能导致牙齿无法正常咀嚼,影响患者的饮食。3、面部疼痛:牙髓炎引发的疼痛可能放射至面部,导致面部疼痛。4、感染扩散:如果牙髓炎未得到及时治疗,细菌可能会通过牙髓扩散至其他部位,引发更严重的感染。5、牙齿丧失:牙髓炎可能导致牙齿丧失,影响患者的口腔健康和形象。

五、如何预防牙髓炎

1、养成良好的口腔卫生习惯:每天早晚刷牙,使用牙线清洁牙缝,定期使用牙间刷等工具清洁牙齿。2、控制龋齿:定期进行口腔检查,及时治疗龋齿,避免龋齿发展到深层次。3、注意饮食:减少摄入含糖食物和饮料,避免咀嚼硬物,以免造成牙齿损伤。4、定期口腔检查:定期到口腔医院进行检查,及时发现并治疗口腔疾病。5、注意牙齿保护:在进行牙齿矫正或修复时,选择正规口腔医院,确保治疗过程中不损伤牙髓。

六、牙髓炎的治疗方法有哪些

1、直接盖髓术:适用于小的穿髓孔,可以在去除穿髓孔周围的炎症组织后,直接用盖髓剂覆盖牙髓,促进牙髓修复。2、间接盖髓

术:适用于深龋近髓或牙髓病变较轻而尚未穿髓的患者。通过制备洞形,去净龋坏组织,消毒窝洞,洞底覆盖盖髓剂。3、根管治疗:当牙髓炎已经涉及到牙根管时,需要进行根管治疗。这包括清除感染的牙髓组织,清洁和消毒根管系统,然后填充根管,以防止细菌再次侵入。4、牙髓塑化术或空管治疗:这些方法涉及用塑化剂或其它材料填充根管,以封闭根管系统。5、牙髓摘除术:在牙髓严重受损,无法保存活髓的情况下,可能需要进行牙髓摘除术,也称为牙髓清除术。6、牙髓干髓术:这是一种较少用的方法,适用于特定情况的牙髓炎,涉及到移除牙髓的大部分组织,留下一个干的牙髓残余。

总的来说,牙髓炎是一种常见的口腔疾病,它会给患者带来巨大的痛苦。为了预防牙髓炎,大家要注意口腔卫生,定期进行检查,及时治疗口腔疾病。一旦出现牙髓炎症状,要尽快就诊,选择合适的治疗方法。让我们共同努力,守护口腔健康,远离牙髓炎的困扰。(作者单位:广西横州市人民医院)

为什么产检要做B族链球菌筛查

□ 陆丹霞

一、什么是B族链球菌

B族链球菌也叫无乳链球菌,最早发现于畜牧业,相传这种细菌可感染牛,引起牛的乳房发炎而不能泌乳,鉴于该菌引起的感染不只局限于牛乳房炎,其细胞壁中多糖物质又属于抗原构造分类中的B族,故目前一般采用B族链球菌来代替无乳链球菌原名,曾严重危害了畜牧业,后来发现人类也能感染这种细菌,1938年首次报道了3例患者死于B族链球菌引起的产后子宫内膜炎,证实了B族链球菌为人类的致病菌,尤其是孕产妇及新生儿感染。B族链球菌是一种革兰阳性链球菌,经过5%co₂培养箱培养48小时后,在血平板上长成滋润、圆形、灰白色菌落,形成狭窄β溶血环,是一种条件致病菌,是人体的正常菌群之一,常定植在女性、男性的生殖道、尿道、消化道的下端。一般对正常人不会造成感染,但当寄主抵抗力下降、内分泌紊乱等条件下,可破坏阴道内的微生态平衡,导致B族链球菌大量繁殖而引发感染。

二、B族链球菌有什么危害呢?

1、B族链球菌感染孕产妇,常见的临床

后果有产褥期发高热,导致胎膜早破,晚期早产、子宫内膜炎、羊膜囊炎、伤口感染等临床危害。B族链球菌感染诱发早产率高达60%。有报道显示,在2745例产妇中,尿中有感染GBS胎膜早破发生率为35%。

2、B族链球菌感染新生儿常见的临床后果有新生儿败血症、菌血症、肺炎、脑膜炎、严重的甚至危害新生儿的生命。新生儿感染后可能会有智力障碍、脑积水、视觉、听觉丧失的后遗症。

3、B族链球菌感染产妇产常见的临床后果有尿路感染、肾盂肾炎、菌血症等其他。B族链球菌产褥感染发病率为1%~7.2%,是产妇死亡的重大原因之一。

三、B族链球菌的感染率高吗?

B族链球菌感染率因国家而异,西方国家为5%~35%,国内研究为10.1%~32.4%。妊娠早期和孕晚期孕妇检出率分别为4.67%和5.29%。其中40%~70%在分娩过程中会传递给新生儿。如果新生儿带了这种菌,大约有1%~3%会出现早期入侵性感染,其中有5%会导致死亡。影响B族链球菌检出率的因素很多,如采样部位和检测

的方法等。

什么因素会引起B族链球菌的感染呢?相关的医学学者研究发现阴道炎的孕妇B族链球菌感染率高于正常孕妇的感染率,Regan等认为GBS与念珠菌生殖道炎症存在关联性。B族链球菌可以抑制乳酸杆菌的生长,使得阴道环境PH增高,促进了念珠菌的生长,怀孕前念珠菌性阴道炎患者在怀孕期间更容易感染GBS,因此应在怀孕前积极治疗。

四、如何筛查B族链球菌呢?

通常在妊娠35周到37周进行常规的B族链球菌筛查,一般取阴道分泌物和直肠拭子进行细菌培养+药敏,也可以进行B族链球菌核酸检测,无创无痛没有什么不适感。新生儿感染需进行血培养、脑脊液培养,其他样本如咽拭子、耳拭子等。

孕期感染了B族链球菌怎么办?孕期有药可以用吗?会不会对宝宝有影响呢?孕期如果感染了B族链球菌,请别惊慌,及时到医院就诊,医生可以应用青霉素类药物进行治疗,也不用担心用药对宝宝的影响,青霉素类药物属于孕B级用药,不会影

响到宝宝,低危险性青霉素过敏可以使用头孢唑林,高危青霉素过敏者,建议使用克林霉素,一般用药两周以后再复查,直到这个菌转阴为止。临床给予抗生素治疗可以减少大多数新生儿的早发感染。

五、如何预防B族链球菌呢?

1、首先要注意个人卫生,勤换洗内衣裤,尽量阳光下暴晒,同时避免与有感染的人密切接触,生冷、酸辣等刺激性食物不宜食用,荤素搭配营养均衡更利益胎儿的发育。

2、规律作息、睡眠充足、劳逸结合、增强免疫力,保持愉快的心情,妈妈拥有健康的体质更有利于胎儿的发育。

3、规范产检,发现问题及时解决。产前对孕妇进行GBS筛查并采取积极的干预措施是改善妊娠结局的重要途径,可有效降低对孕产妇和新生儿的伤害。

其实孕期感染B族链球菌也没想象中的那么可怕,经科学规范的产前筛查诊断及治疗,很多孕妇可以顺利产下健康的宝宝。

(作者单位:广西南宁市马山县人民医院)