

对于心跳骤停的病人,最关键的不是争分夺秒去医院,而是就地抢救

女儿持续按压不放弃 心跳停止1小时的他,奇迹“复活”

医生:如果急救措施到位,很多“猝死”“呛死”都能活过来

在救护现场,常常是围了很多人,打电话的人挺多,出主意的人也挺多,但愣是没有一个人敢上前抢救,不会救,是个很重要的原因。昨天上午,江苏省人民医院在急诊科大厅,进行“白金抢救10分钟”宣传活动,该院急诊科副主任陈彦说,心脏按压等基本的抢救手段,其实每个家庭都应该有人会。但遗憾的是,各种因抢救不及时导致的死亡,让医生扼腕叹息,很多时候,只需要一个小小的急救,就可挽救一条生命。

通讯员 吴倪娜 现代快报记者 刘峻

时间就是生命

欣喜

心脏停跳一个小时,活过来了

今年3月,江苏省人民医院急诊室,抢救了一名罕见的51岁男性病人。他因心肌梗死,心脏停止跳动了一个小时,但令人惊讶的是,他最后活过来了,康复情况也不错。

陈彦说,不是医生有多厉害,而是因为病人的女儿,持续对他进行心脏按压长达一小时。再一打听,原来他女儿是一名医学院学生。病人后来一直说:“学医,值了。”

陈彦说,突发心肌梗死后,一般超过4分钟就会死亡,当时病人女儿不停按压,甚至压断了他几根肋骨。但就是这样持续的按压,保证心脏受到挤压,使他整个大脑及四肢的供血还算通畅。“心脏按压,大概能有平常四到六成的心脏跳动功能。”

叹息

其实很多情况,都能抢救回来

陈彦说,当急诊医生十几年了,见过的各类死亡让人扼腕叹息,其实,很多情况下,如果有人搭把手,急救一下,一条命也许就回来了。

“每天接诊600余人,但是基本上能自救或者互救的,接近于0,很多都是120急救人员做的。还有的患者,一路走,血一路流,实在太危险。”陈彦说,比如有有的醉酒者,栽倒在一个脸盆大的水坑里,水刚好没过鼻子,就这么憋死了。实际上,过往路人很多,搭把手,拉起来做心脏按压,及时的话就可以起死回生。还有不少“猝死”“呛死”的也都让医生无奈。“前两天送来一个心肌梗死的,在家没有抢救,现在虽然抢救过来了,但很可能成植物人。”陈彦说。

两个关键时间

钻石4分钟和白金10分钟

国际急诊医学联合会理事、南京医科大学第一附院王一镛教授遗憾地说,院前心搏骤停、心肌梗死等每年产生100万例,都需要进行心肺复苏抢救,但技术普及率远远低于10%,抢救成功率更远远低于1%。

目前,我国120急救人员到达现场至少需要5-10分钟。对于心脏骤停的病人,最好的处理不是“争分夺秒”地去医院,而是马上就地上抢救。

王一镛指出,急救普及不仅是一个技巧问题,还有心态问题。在救护现场,目击者也许不少,但旁观、不动手帮忙的人居多,一方面是缺乏急救知识不知如何帮忙,另一方面是畏惧好心帮忙反而要“背黑锅”。

在救护车到达之前,如果能对患者展开急救,是提高猝死抢救成功率的关键。

白金10分钟是指紧急伤病事件发生到最初的十分钟,是急救处置的关键时期。

陈彦说,其实在白金10分钟里,还有一个“钻石4分钟”的概念,特别针对心脏骤停的患者,这个时候需要做的就是心肺复苏。脑组织在常温缺血缺氧下只能耐受4分钟,若及时采用胸外按压等心肺复苏手段,可以延长到20分钟左右,若4分钟内进行复苏,有一半人能被救活,抢救越早,为急救车赶到赢得时间,患者生存率就越高。

【学几招】

人人都应学会急救技巧

1 心肺复苏

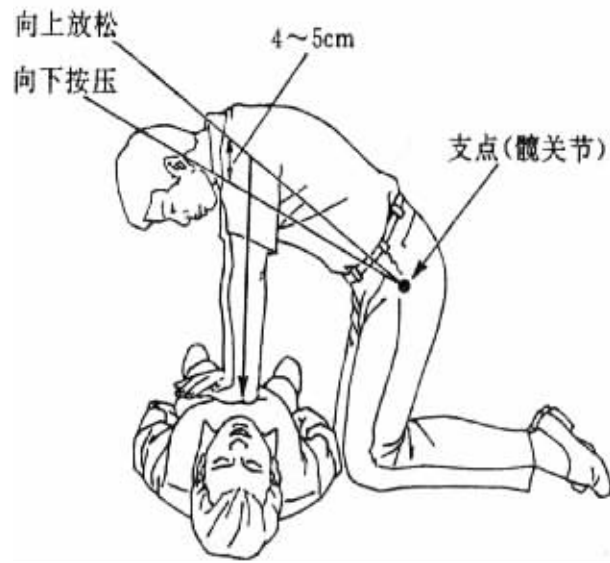
a. 观察呼吸时:施救者跪于病人一侧的肩腰部。两腿分开与肩同宽。

b. 判断意识及呼吸在5-10秒完成。然后摸脉搏,脉搏位置在喉结旁移2~3厘米,力量适中。

c. 如果患者没有脉搏,立即胸外按压。按压位置在胸骨下1/2段(非专业人员定位:取两乳头连线中点;专业人员定位:取两肋弓交会处上两横指)。

d. 上半身前倾,双肩,两手臂伸直(肩、肘、腕)垂直于病人胸骨,两手掌根重叠,用身体重量向下挤压至少5厘米。

胸外按压30次,可以打开气道,使伤病员下颌经耳垂连线与地面呈90度,之后,人工通气(人工呼吸)2次,吹起时要看到患者胸廓起伏。如果不会,可以持续做胸外按压。



2 止血

止血有两种简单方法,一种就是直接用纸巾毛巾按住出血口,第二种就是按住出血口上方的动脉。

3 异物呛到气管



自救



救治者一手握拳抵于患者脐上两横指处,另一手握紧此拳向上、向后冲击压迫4~6次

互救



手勾异物

【提醒】急救知识和技巧,要常复习常提高

陈彦说,现在在江苏,除了红十字会组织外,就再没有一个公益组织教大家急救知识。

其实医生的热情是有的,也非常愿意将这些知识教给市民,

但是,缺乏一个固定的场所,以及模拟器械,还有缺乏相应的公益组织领头。

很多人说自己学过,但是并不代表一定会。王一镛说:“我

给不少人做过急救培训,到了第二年,还能掌握的人不到10%。急救知识和技巧也是不断更新中,这也要求我们必须不断复习和提高才行。”

精神疾病患者日趋年轻化,家长要多关注孩子在成长中的心理健康

心理健康 从幼儿园小朋友抓起

昨天是第22个“世界精神卫生日”,近年来,因为社会的压力,精神疾病的患者日趋年轻化,专家呼吁,不仅要关注青少年的心理健康,幼儿园的小朋友也应当成为关注对象。

通讯员 徐晓蓉 现代快报记者 刘峻

南京中大医院精神科主任袁勇贵讲了个例子:小军(化名)上幼儿园小班,一次不小心在小便时弄湿了衣裤。老师批评了他,他从这个时候开始,变得非常恐惧上学,每到星期天晚上他就开始闹,睡不着觉,第二天早上起来更是又哭又叫,说自己不舒服,家里人搞得很难受。

经诊断,小军的心理健康已经出现了问题,需要及时干预,否则会加重病情。

临床显示,近年来,心理疾病患者日趋年轻化,在幼儿园,已经因为各种压力出现了精神疾病患者。

专家呼吁,学校和家长一定要引起足够重视,从事幼教工作的人员最好要定期参加各种心理培训班,掌握幼儿教育心理,家长也要尽量摒弃单纯的批评教育。

南京市脑科医院副院长张宁说:“一味的批评只能告诉他什么不能做,没告诉他什么能做,用夸奖才

能让孩子明白什么能做。”

调查显示,由于忽视了幼儿时期的心理健康教育,往往导致孩子成长到十四五岁时,大多还缺乏自我管理的能力,长此以往,心理疾病日趋突出,主要表现症状是长时间沉溺于网络,不愿意与人沟通。

专家提醒,家长要多关注孩子在成长中的心理健康,不要忽视精神卫生问题,它影响的可能是孩子一辈子的命运。