

吃炭烤火锅引发一氧化碳中毒 冬季做这些事要当心

快报讯(通讯员 国立生 记者 刘峻)转眼间金陵城已入冬,气温大幅下降。随着寒流一起到来的不仅仅有冬衣,更有干饭人的快乐源泉——火锅季。可热气腾腾的火锅背后却也暗藏风险。近日,南京市中医院急救分站的郑文急救小组在江宁区某火锅店进行了一场急救,事件导火索是在密闭的包间内使用炭烤火锅,引发一氧化碳中毒。专家提醒,进入冬季,在封闭的环境内烧煤、烧炭,在车窗紧闭的车内长时间原地吹空调等几种情况都容易出现一氧化碳中毒,一定要当心。

当天,急救小组接到任务后立即出发,急救医生郑文同时电话回拨给患者以了解情况。急救小组得知患者们是在密闭的包间内使用炭烤火锅发生的群体性事件,目前患者们意识尚清楚,但有几人已出现不能说话、头晕、呕吐和四肢无力、不能站立的症状。具有多年急救经验的郑医生第一反应可能是一氧化碳中毒或食物中毒。情况紧急,郑文告知患者急救人员已经在火速赶往现场了,不要过度恐慌害怕,并且叮嘱患者打开包间的门窗,将人员都转移到通风处。

来到现场,郑文立即为大家查体,发现他们口唇呈樱桃红色,是明显的一氧化碳中毒症状。急救护士何凯欣在旁监测患者们的生命体征并给氧高流量吸氧等急救处置措施。将患者抬至救护车上后,医护人员密切监护,急救员周



急救人员对患者实施急救处置措施 通讯员供图

红福驾车迅速奔向南京市中医院。

途中,急救小组将患者症状、人数、初步诊断、急救处置等信息通过院前院内一体化平台传输至医院内部,南京市中医院立即启动群体事件应急预案,医务处钱媛主任全程坐镇指挥,急诊科张伟主任、李健护士长协调抢救工作,迅速开启高压氧治疗,极大地缩短了救治时间,达到院前院内一体化高效救治效果。

一氧化碳中毒是指含碳物质不完全燃烧时的产物,经呼吸道吸入引发中毒。在日常生活中,许多情况也可能发生一氧化碳中毒。第一种是在封闭的环境内烧煤、烧炭,不管是取暖还是烫火锅;第二种是在门窗紧闭的地方用燃气热

水器洗澡;还有一种是在车窗紧闭的车内长时间原地吹空调。同样的环境下,老年人和儿童更容易出现中毒症状,所以更凶险!

出现一氧化碳中毒,该怎么做?专家介绍,如果感到头晕、恶心、想吐、双脚没劲,一定要马上到空气新鲜的地方;如果一段时间后症状没有缓解,赶紧去医院。

如果发现有人出现一氧化碳中毒症状,首先要让患者离开中毒环境,到空气流通的地方,并拨打120或直接送到有高压氧舱的医院救治。在等待120到来时可以让患者平躺,头侧向一边,谨防呕吐物误吸入气道死亡。如果患者无反应无呼吸,应立即实施心肺复苏。

六旬老人严重踝关节炎 这一新技术帮他恢复行走

近日,南京市第一医院骨科接诊了一名重度踝关节炎患者,严重的疼痛让他难以正常行走,专家采用最新型全踝关节置换手术(Infinity)重建关节功能,通过精确的术前规划,个性化解决了困扰患者多年的踝关节疼痛问题,并恢复了关节活动功能。

60岁的高先生是一名退休工人,10年前因反复扭伤右踝关节后出现踝关节肿胀、疼痛,半年前右踝关节疼痛加重,渐渐走路也很困难。今年10月,高先生慕名来到南京市第一医院骨科寻求治疗,被确诊为右踝重度骨关节炎。由于高先生的踝关节炎已严重影响日常生活,手术意愿非常强烈,专家决定对他进行人工踝关节置换术。

手术前,骨科王黎明教授、姚庆强教授、唐成教授、卫沛然博士、郑苏阳博士、张惠康工程师对病情做了详细分析。依托南京医科大学数字医学研究所及江苏省3D打印临床工程中心工作平台,通过先进的3D打印技术,完成对骨关节炎类型分析、骨缺损测定及修复、力线重建、假体选择的详细规划,为高先生打造“个性化人

工踝关节置换术”。

手术当日,手术医生王黎明、姚庆强共同为高先生进行计算机导航辅助下的人工踝关节置换术,配合使用最新的第四代Infinity假体,以实现最大程度的缓解疼痛并恢复踝关节功能。术后第二天,高先生便能够在支具保护下行走,十天后,踝关节疼痛得以明显缓解,并可以自如屈伸活动,这个结果让高先生激动不已。

据骨科主任姚庆强介绍,近年来,踝关节置换手术在全球飞速发展,其假体的设计及材料的制造得到了很大程度的改善。南京市第一医院自2018年开展踝关节置换手术以来,术后效果良好,得到了广大患者的认可。

南京市第一医院个性化数字骨科可以通过采用计算机辅助设计(CAD)、定量三维影像测量、有限元力学理论计算等数字化技术,详细制订个性化的手术实施计划。针对关节外科数字化的精准治疗,能显著提升手术疗效,减轻机体的应激反应,减少术后并发症,提高手术安全性、精确性和术后满意度。 通讯员 唐成章 章琛 现代快报+记者 梅书华

卧床3天以上,当心被这种“沉默杀手”盯上

静脉血栓栓塞的危害有哪些?该如何治疗和预防?房颤也会导致脑卒中吗?11月30日,由南京市卫生健康委员会指导,南京市秦淮区大光路社区卫生服务中心、现代快报+主办,拜耳医药保健有限公司特别支持的“健康大讲堂”社区行公益系列活动又开讲了!两位来自心脑血管领域的专家,给大家带来了静脉血栓栓塞与房颤导致的脑卒中的预防治疗知识。

现代快报+记者 周明/文 苏蕊 吉星/摄



“健康大讲堂”社区行公益系列活动现场

静脉血栓栓塞症是“沉默杀手”

“静脉血栓栓塞包括深静脉血栓形成和肺血栓栓塞症,是常见的心脑血管疾病之一。”讲座现场,江苏省人民医院血管外科主任医师、外科学博士邹君杰介绍,深静脉血栓会导致下肢肿胀和疼痛,严重会导致经久不愈的下肢溃烂。而肺血栓则容易导致猝死,对心脏系统和呼吸系统都有严重危害。慢性肺栓塞还可导致慢性血栓栓塞性肺动脉高压,最终可能发展为慢性右心衰竭,具有很高的致死率和致死率。而急性肺栓塞则是导致猝死的重要原因之一。听着邹君杰的介绍,许多老人拿出手机,拍照记录PPT上的内容,还有人拿出纸笔认真做着笔记。

引起或加重静脉血栓栓塞症的常见因素有哪些?邹君杰介绍,长时间不活动、妊娠、卧床3天以上、高龄等属于低危因素,而充血性心力衰竭/呼吸衰竭、有静脉血栓栓塞症病史或家族史、癌症/化疗等属于中危因素,大型普外科手术、髌、膝关节置换

术、髌部/腿部骨折等则属于高危因素。“一些典型症状有下肢疼痛、肿胀和呼吸困难、咳嗽、胸痛等。”邹君杰特别提醒,静脉血栓栓塞症是“沉默的杀手”,大多数患者无典型临床表现,如果出现以上症状时,一定要及时前往医院进行确诊。

中高危患者来说,药物预防是首选

如果患有静脉血栓栓塞该如何治疗?邹君杰介绍,治疗方式包括溶栓治疗、手术取栓、下腔静脉滤器、机械血栓清除术以及抗凝治疗等。其中抗凝治疗可以有效抑制静脉血栓的蔓延,是静脉血栓栓塞症治疗的基础。邹君杰指出,足疗程是抗凝治疗的关键,具体抗凝疗程以及停药时间需根据临床医生的评估决定,患者一定要切忌自行停药。

日常生活中该如何预防静脉血栓栓塞?邹君杰表示,可以通过多喝水(注意避免水肿),戒烟戒酒保持健康生活方式,还要勤活动,被动或主动进行下肢运动,以促进下肢血液循环。包括梯度压力袜、间歇性充

气加压装置、足底静脉泵在内的物理预防也是必不可少的措施之一。

而对于已经中高危患者来说,药物预防是首选。对于部分患者,医生会建议服用抗凝药物,但不同患者的剂量与疗程有所不同,要严格遵循医生或药师的建议进行服药,患者不能自行减药或停药。此外,药物预防联合物理预防也需要在医生的指导下进行。

房颤会导致脑卒中、心力衰竭、痴呆

“房颤是最常见的心律失常之一,通俗地说就是心跳得不规律。心房(主要是左心房)乱发指令,导致心房各部分的心肌各自为政,杂乱无章地自行收缩,进而可能影响整个心脏的正常跳动。”南京市第一医院心内科副主任医师、医学博士、硕士生导师钱炜春介绍,房颤的患病率与年龄呈正相关。30—85岁人群房颤患病率为0.77%,而80岁以上人群房颤患病率达30%以上,“每个人一生中可能有四分之一概率会发生房颤。”

“房颤最典型的症状是心悸和

心慌,感觉心跳得厉害,心脏跳到了嗓子眼。”钱炜春表示,少数患者无明显症状,或仅有心悸、胸闷与心慌;大多数房颤患者可能还会出现胸闷、胸痛、呼吸困难、乏力、头晕和黑矇等症状。个别严重者头晕、晕厥、心绞痛、急性心力衰竭,甚至急性肺水肿。部分患者可能出现体循环动脉栓塞,以脑卒中中最常见。

“房颤会导致脑卒中、心力衰竭、痴呆……对身体危害很大。大家可能会觉得脑卒中是大脑出了问题,而房颤是心脏有问题,这两者怎么会是病因和果的关系。”钱炜春解释,房颤中致死率极高,包括出血性脑卒中和缺血性脑卒中,而房颤是导致缺血性卒中的重要病因之一。“房颤发生时可使左心耳血栓脱落随血流入脑部,最终造成脑血管阻塞而导致缺血性卒中。”

“像充血性心力衰竭和高血压、糖尿病、血栓以及年龄在75岁及以上等因素都会增加房颤患者的卒中风险。”钱炜春表示,通过评估是否有面瘫和口角歪斜、肢体物理和口齿不清等,可尽早察觉卒中的一些突

发体征和症状。

抗凝治疗需长期坚持,切莫停药、中断治疗

“房颤患者抗凝治疗能够显著降低卒中复发或再发风险。”钱炜春介绍,目前,用于房颤的抗凝药主要有华法林和新型口服抗凝药两种。服用华法林需要定期监测INR,调整剂量,并且要注意饮食和与其他药物之间的相互影响。

服用新型口服抗凝药,则需要注意定期复诊监测肾功能变化。如果有出血等不良反应或出现病情变化,一定要及时告知医生,以方便医生全面评估,决定下一步治疗策略。

钱炜春特别提醒,抗凝治疗需长期坚持,停药、中断治疗会显著增加卒中风险。

“钱医生,你看看我的心电图是什么情况?”讲座结束后,许多老年人向两位医生请教了自己的健康问题,并得到了细致解答。“作为基层医院、居民的健康守门人,我们有责任有义务把正确权威的健康知识送到居民身边,减少不良公司的误导和诱骗。”南京市秦淮区大光路社区卫生服务中心主任周晓明表示,新时代,居民对预防、保健的需求越来越大,基层医院会积极争取资源,开展健康大讲堂活动,请专家将专业的健康知识送到居民身边。

据了解,为了更好地推进“健康中国”的进程,向社会公众传播健康知识,2020年9月,现代快报携手江苏多家三甲医院打造“名医天团”。致力于向公众传递专业的医学知识和科学的健康理念。定期前往企业、社区、院校等,以现场义诊、讲座等多种形式,用专业、科学的解答为老百姓的健康保驾护航。