

# 突发事故 应急施救你会几招？

■ 本报记者 洪宝光

9月10日,海口琼州大桥上发生了一起交通事故:一辆重型卡车突然撞上非机动车道并翻下大桥,导致被碾压的一名电动车司机不治身亡。当时,卡车从电动车司机的右腿膝关节处碾压而过,其他地方并没受伤,他倒坐在地,等待救援。旁边群众也都在一旁等待120来救援,没有一个人懂得如何给伤者包扎止血,最后电动车司机失血过多而死。

因周边群众不懂应急施救,使得一些伤员丧失施救良机的事情并不鲜见,令人叹息。日常生活中,人们应该如何在大出血、心脏骤停等危难时刻对伤员进行施救呢?就此,记者采访了海南省红十字会应急灾害管理中心有关人士。

省红十字会应急灾害管理中心有关负责人表示,以9月10日的事故为例,事故现场如果有人迅速用衣服(或其他适当材料)将伤员的伤口按住并进行加压包扎(即局部加压包扎止血),伤者出血量将会明显减少。如果局部加压包扎无效或无法直接加压包扎的情况下,可以再加一条用衣服撕成的(或

其他的适当材料做成的)宽布条在其大腿中上段绑住(即局部加压包扎止血+止血带止血),出血量一定会减少,这样就保存了体内的血容量而不至于出血过多,为专业的医务人员赢得抢救时机。

止血操作注意事项:首先要快速准确判断出血部位及出血量,决定采取哪种止血方法;大血管损伤时常需几种止血方法联合使用。特别是止血带止血时一定要记住:1、上止血带的部位要准确,上肢在上臂的上1/3,下肢在大腿的中上段;2、止血带不能直接跟皮肤接触;3、要记录上止血带的时间,注意随时观察病情,定时放松(每40-50分钟放松一次,每次3-5分钟);4、放松止血带要缓慢,防止血压波动或再出血;5、布料止血带因无弹性,要特别注意防止肢体损伤,不要一味增加压力。

日常生活中,除了应急止血外,猝死在平常生活中也经常发生。猝死是指素身体“健康”或病情稳定,非预料中的因病突然死亡。人的心脏一旦停止跳动4-6分钟,脑细胞即开始死亡,人们要争取时间在患者脑细胞死亡之前对其进行抢救。《2010国际心肺复苏



及心血管急救指南》明确提出,当发现成人突然倒下且无反应、无呼吸或无正常呼吸(如仅有叹息样呼吸)时,普通施救者不应试图检查脉搏,而应推定发生了心脏骤停。

专家表示,如果身边有人突然倒下,在现场安全的情况下,不要随意搬动病人,应就地进行抢救,迅速用双手拍打病人的双肩并在耳旁大声呼唤。如果病人没有反应,说明意识不清醒,

观察胸部也没有起伏的话,就可以确定此人没有呼吸和心跳,应立即启动急救反应系统(拨打120电话),同时将病人仰卧在坚硬平坦的平面上,在现场立即开始心肺复苏。

心肺复苏,简单来说就是胸外心脏按压、打开气道和人工呼吸,按压的位置在胸部正中二乳头连线的水平,用双手掌根重叠,十指相扣,掌心向上翘起,手臂绷直,垂直用力地往下按压,按压的频率为至少100次/分钟,按压的深度为使胸廓下陷至少5厘米,每次按压后要确保胸廓完全回弹,按压30次后将病人的气道打开,再进行2次口对口的人工吹气,以30:2的比例持续进行抢救,如果救护人员无法完成口对口的人工吹气,也可以只做胸外心脏按压,直到出现以下情况才可以停止:1、病人恢复正常;2、有人接替你做心肺复苏(或者专业人员到了);3、现场出现意外危险情况。

省红十字会有关负责人提醒,每年,省红十字会都会举行急救护理技能培训和自救互救知识讲座,为了能更好地对伤者进行施救,市民可以参加。通过培训,人们可以掌握急救相关知识和规范实施心肺复苏、大动脉止血、气道异物梗塞等基本施救方法。

## 健康百科

### 全球肝吸虫感染者85%在我国 生吃淡水鱼要当心虫从口入

当前,全球约有1500万名华支睾吸虫感染者,主要分布在中国、韩国、越南和俄罗斯。其中,中国感染者近1300万名,数量居全球首位,占总数的85%以上,且仍有增加趋势。中国疾病预防控制中心寄生虫病预防控制所助理研究员钱门宝和该所所长周晓农,与瑞士热带病和公共卫生研究所所长约克·约辛格、博士珍妮佛·凯瑟合著的140年来华支睾吸虫病研究的综述文章,提到上述数据。文章于近日发表在《柳叶刀》在线版上。

周晓农介绍,华支睾吸虫低度感染者初期通常无明显症状,或仅有轻微症状。如不及时治疗,随着吃生鱼次数的增加,体内虫子数量累积,重度感染者可出现一系列非特异性的消化系统和神经系统症状,如食欲不佳、乏力、腹泻、腹痛、头晕、头痛等。长期慢性感染可致多种肝胆系统并发症,如肝脏肿大、胆囊增大、胆结石、胆囊炎、胆管炎和胆管癌等。儿童重度感染可引起佝偻病。2009年,国际癌症研究署确定华支睾吸虫为胆管癌1类致癌物。

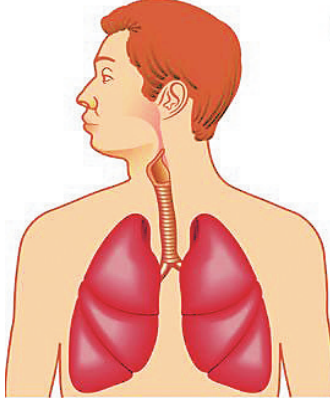
(据健康报)

近期,杭州一客车司机吸油时,不小心把柴油呛进了肺里,右肺烂成“马蜂窝”,成了蜂窝肺——

## 揭秘你不了解的“肺纤维化”

■ 本报记者 马珂 通讯员 杨秋梅

近日,媒体曾报道,杭州一客车司机用嘴巴对皮管一头吸气,利用气压将柴油吸到皮管口,再把皮管引入需要加油的油箱中,不小心把柴油呛进了肺里,右肺烂成“马蜂窝”,成了蜂窝肺。蜂窝肺是什么病?近日,记者就此采访了解放军第187医院呼吸与重症医学科主任兼副主任医师邓春。



非体检,很难被发现,所以很多患者发现患病时,大都已是晚期。”邓春表示。

### 肺纤维化早发现早治疗

为什么肺会纤维化呢?一大原因是吸烟。邓春提醒,吸烟与肺纤维化的发病明显相关,特别是每年吸烟超过20包的患者。所以大家要慎重,需远离香烟及二手烟。其他的原因还有:

- 1、吸入无机粉尘如游离二氧化硅粉尘、石棉、滑石、锑、铝、煤、铍、钒、铁等;吸入有机粉尘、接触鸽粪、动物皮毛、发霉枯草等都可导致肺纤维化。
- 2、抗肿瘤药物如博来霉素、马利兰、环磷酰胺和甲氨喋呤等;抗心律失常药物如胺碘酮、胺苯吡嗪等;放射治疗、高浓度氧疗等。
- 3、结缔组织疾病如类风湿关节炎、系统性硬化病、多发性肌炎/皮肌炎、干燥综合征、系统性红斑狼疮等容易引起肺纤维化。
- 4、虽然目前不能确定微生物感染与肺纤维化发病的关系,但有研究提示感染,尤其是慢性病毒感染,包括EB病毒、肝炎病毒、巨细胞病毒、人类疱疹病毒等可能与特发性肺纤维化的发病有关。
- 5、食管反流:多项研究提示,多数肺纤维化患者有异常的胃食管反流,异常的胃食管反流导致反复微吸入是其高危因素之一。

邓春建议,经常接触致病因素的人多到医院做相关检查,以期早发现早治疗。

### 40-50岁人群高发

肺纤维化多发生在40-50岁年龄群,一般男性多发于女性。呼吸困难是肺纤维化最常见的症状。轻度肺纤维化时,呼吸困难仅在剧烈活动时出现,因此常常被忽视或误诊为其他疾病。当肺纤维化进一步发展时,通常情况下也会出现呼吸困难症状,而严重的肺纤维化患者除了呼吸困难、时常感觉缺氧外,还伴有干咳、乏力等症状,且这种干咳非常顽固,昼夜烦作,夜间加重,咳后憋喘更甚,“肺纤维化的形成并不是一蹴而就的,有一个长期的发展过程。但是,由于该病在发病早期基本没有什么症状,除

### 病情严重时足以夺命

“蜂窝肺”就是医学上所说的肺纤维化,是肺间质或弥漫性肺间质疾病中的代表性疾病,医学上将“蜂窝肺”归属于弥漫性肺间质疾病。

“正常情况下,吸入肺的气体与毛细血管中的血液进行交换,以摄取新陈代谢所需要的氧气,排出二氧化碳。”邓春告诉记者,肺纤维化患者之所以喘不动气,是因为肺泡和毛细血管功能丧失了。医学上,临床表现还有进行性加重的呼吸困难、限制性通气功能障碍伴弥散功能降低、低氧血症,以及影像学上的双肺弥漫性病变。间质性肺炎可最终发展为弥漫性肺纤维化,导致呼吸功能衰竭而死亡。

专家提醒,不要小看这一慢性的肺病,它不像癌症那样来势凶猛,但也足以夺去生命。科学家王选,美国小说《大白鲨》的作者本奇利等人都是被肺纤维化夺去生命的。

## 长期牙齿缺失 危害健康

大多数的人都觉得牙齿缺失一两颗并不要紧,对身体健康也不会产生太大影响。殊不知,长期牙齿缺失危害很大,需要引起人们的高度警惕。

韩国种植牙博士崔容硕表示,牙齿缺失影响很大,首先会影响身体营养均衡。当牙齿全口缺失后,咀嚼功能丧失,未嚼碎的食物进入胃、肠、加重了胃肠系统的负担,久而久之将导致胃肠功能的紊乱,影响人体对营养物质的吸收,有碍全身健康。其次,影响咀嚼体验。牙齿全掉了,除了稀粥汤类食物,其他稍硬的东西都无法再享受。再次,牙齿缺失还会影响发音的准确:牙齿缺失,发音就不准确,听起来像漏风。

更严重的是,如果牙齿缺失不及时补种,双侧邻牙便会像空袭出现倾斜,上下相对的牙齿也由于没有咬合力,最终都会导致牙齿脱落,以1:3的比例危害全口牙齿健康。也就是说,如果一颗牙齿缺失不及时修复,相当于在不知不觉中丢失了三颗牙。

目前,187医院口腔科“全民健康 全民爱牙”公益活动正在如火如荼地开展。此次活动为海南缺牙市民开通绿色通道,邀请韩国种植牙博士为缺牙患者设计个性化缺失修复方案。如果您有牙齿问题,可以拨打公益活动热线0898-66661987,咨询并预约免费口腔健康检查。

(小可)

**海口187医院**  
**口腔科**

品质生活,从“齿”开始!

亲 微信我吧

咨询热线 0898 66669**187** 全国免费咨询热线 4000889**187**

主编：徐珊珊 美编：许丽

## 专题

# 9·20全国爱牙日公益活动 特邀韩国博士亲诊,开通绿色种牙通道 想种牙,牙骨不足、缺牙多、缺牙时间长,可拨打公益活动热线咨询



**公益活动亲诊专家:**  
**崔容硕(韩国 博士/教授/韩籍院长)**  
9月17日—19日亲诊

韩国庆北大学齿科博士,教授,国际著名口腔美容专家,是韩国知名口腔美容修复、种植牙专家。系韩国种植学会正式会员、美国种植学会正式会员、ITI国际种植学术会正式会员、美国NYU(纽约大学)种植研究会名誉会员。现任韩国Lamplant集团会长、首尔中心医院院长。从事口腔种植事业20余年,创下万余例种植牙成功案例。尤其擅长将美学理念融入到种植牙治疗中,在保证健康、功能的同时,较大限度地兼顾口腔美观效果,拥有“韩国金牌种植牙大师”的美誉。

自187医院口腔科为民搭建优质口腔医疗平台以来,已为将近1000名市民提供了全面的口腔健康检查,获得了广大市民的一致认可及称赞。该院口腔医疗平台数据显示,目前,我省参加口腔检查的缺牙市民中以牙骨较少、重度缺牙和陈旧缺牙等高难度病例居多,患者对高质量种植牙服务的诉求尤为强烈。

在“爱牙日”来临之际,187医院口腔科启动“全民健康·全民爱牙”公益活动,为海南缺牙市民开通绿色通道,邀请韩国种植博士为缺牙患者设计个性化牙齿缺失修复方案,帮助他们缺牙重生,提高生活质量。

**问题1:牙骨不足(牙槽骨高度、厚度不足)**  
种植牙可将与人体相容性极好的钛合金种植体植入牙槽骨内,并在上面安装仿生牙冠。种植体就像大树的根系,人体的牙骨就像是土壤,只有土壤厚实,根系才能扎得深扎得稳,因此牙骨充足是种植成功的基础。然而,很多缺牙患者都面临着牙槽骨萎缩,骨量不足困难。

当牙缺失患者牙槽骨严重萎缩,牙槽骨边缘极端接近下颌神经时,如果种植不当,很容易伤害下颌神经,造成下颌永久性麻痹。若出现此类情况,口腔状况进行种植必须要经过精密的口腔三维检查,全方位立体观测牙床的骨质密度、牙槽骨本身的高度、宽度,重建整个颅面区的结构,对颌面骨质结构进行

测量,避开颌骨神经;同时还需挑选临床经验丰富,操作精准的种植医师。

**问题2:重度缺牙(半口缺牙、全口缺牙)**  
很多老年人在缺牙之后会选择佩戴活动假牙。活动假牙带起来不美观、很难清洁、使用年限短,异物感强,严重的是活动假牙中的钩和套磨损两侧的健康牙,造成更多牙齿的缺失。很多缺牙患者都遇到过这样的问题:原本只是缺失两两三颗牙齿,但是由于活动假牙依靠卡环钩住邻牙,久而久之邻牙也损伤松动,最后脱落,慢慢地半口,甚至整口牙齿全部缺失。

多数缺牙患者,由于佩戴的活动假牙超过使用年限太久,诱发牙周炎,全口牙齿脱落。如有全口无牙、年龄又偏大的患者,如果想要通过种植恢复良好的咀嚼功能,那么在方案和技术的选择上就必须考虑到微创、无痛和术后恢复的问题。

**问题3:陈旧缺牙(牙齿缺失10年以上)**  
在海南的缺牙患者中,有部分人缺牙时间在十年以上,并且没有采取任何方式进行修复。这些缺牙患者往往最先缺失一侧的牙齿,所以他们并没有及时进行修复,而是采用没有牙齿缺失的另一侧吃东西。长时间的偏侧咀嚼,一方面增加了另一侧健康牙齿的负担,造成健康牙齿病变松动,另一方面引发咬合关系紊乱。

牙齿担负着人体重要的咀嚼、吞咽、语言交流、

表情及呼吸等生理功能,并与人类的美观和心理状态有着密切的联系。长时间缺牙,会对口腔造成很严重的危害,不修复不仅会加重口腔病变,影响人们外在美观,同时可能会引发一系列的身体疾病。

### 全民爱牙护齿时代开启 您定期口腔检查了吗?

2015年爱牙日主题为“定期口腔检查,远离口腔疾病”。全民爱牙护齿时代开启,要求人们要做好定期口腔检查。其中,儿童、老人应每半年查一次,成人应每年查一次,准备怀孕的妇女应进行口腔检查后再怀孕。

#### 活动内容

- 爱牙援助一:**国际专家免费咨询、免国际专家手术费
- 爱牙援助二:**免费全口检查、口腔内窥镜检查、牙周疾病测定、口腔全景片检查。
- 爱牙援助三:**全口超声波洁牙9.2元特价口腔保健护理。
- 报名方式:**拨打公益活动热线0898-66669187

**温馨提醒:**由于国际知名专家坐诊时间有限,敬请提前预约。

(小可)

**活动咨询、预约热线**  
**0898-66669187**  
**4000889187**



亲,微信我吧!