

坐28小时长途车后 女子突发心跳骤停

假期前后谨防“旅行性血栓”

医生：坐长途车要多喝水适度活动

“节后有多名患者因乘长途车引起肺栓塞，严重的导致心跳呼吸停止，希望多一些知道这种病。”市第一医院主任医师、急诊科普达人宗建平日前在朋友圈里发出提醒，节后我市多家医院收治了“旅行性血栓”患者，严重的危及生命。希望大家坐车、坐飞机时不要倒头就睡，多喝水、多运动，可以防范这种情况发生。



严勇杰 制图

坐了28小时长途汽车，下车后直接进了抢救室

一趟长途旅行，差点成为致命之旅。前几天，来自四川的莫女士从老家坐长途汽车返回宁波，途中出现了胸闷气短等症状，一下车便直接被送入鄞州二院急救中心。

从莫女士老家到宁波，途中要坐28小时长途汽车。行车途经安徽时，莫女士隐隐感觉到胸部不适，不过想着目的地已经越来越近了，就暗自忍着。没想到快到宁波时，情况变得越来越严重，不仅胸闷气促、四肢冰冷，还出现了恶心呕吐等症状。

一看情况不对，一下长途汽车，家人就赶紧把她就近送往鄞州二院急救中心。进入抢救室后不久，莫女士的病情突然加重，开始变得意识不清、呼之不应，而且很快就出现呼吸心跳骤停、瞳孔散大等症状。

鄞州二院急诊抢救室医护人员立

即采取心肺复苏、气管插管等抢救措施，患者终于恢复自主心律。但在随后的一个半小时中，莫女士又反复出现心跳停止，医生多次向家属下达病危通知。

由于患者多次发生心跳骤停，医生已经来不及做更多的检查来明确诊断。凭借多年的临床经验，鄞州二院急救中心王后兴主任根据莫女士的症状，结合她长途坐车的经历，判断她极有可能是由于“旅行性血栓”脱落引起肺栓塞。

为了与死神抢人，王后兴果断决定放手一搏，立即采取紧急溶栓治疗。万幸的是，这一判断没有错，溶栓后患者的生命体征逐渐稳定。

目前，患者的情况已经基本稳定，各项指标趋于正常，已能和医生正常交流了。

每到假期前后，“旅行性血栓”患者都会增多

“每到假期前后，‘旅行性血栓’患者就会增多。今年春节，宁波各大医院已经收治了好几例。”市第一医院主任医师、急诊科普达人宗建平向记者讲述了去年他收治的一例患者。

那是一名57岁的北方女性，一天前乘了24小时火车从西安来宁波，到站时感到很不舒服，全身没有力气，而且呼吸费力。刚下火车，家人让她在火车站大厅休息，平躺了30分钟后乏力稍好转。随后，这名女士被送到市第一医院急诊科。

因为这名女士坐火车前两天患过感冒，刚开始医生以为是重症肺炎。后来考虑到患者坐了24小时火车，可能得了“经济舱综合症”，也就是说有肺栓塞的可能。紧急送了血液检查，确诊是肺栓塞惹的祸。因为救治及

时，这名患者最后得以康复。

“‘旅行性血栓’在‘三高’人群中更容易发生，但知道这种疾病的人太少，我在坐长途飞机的时候曾向空姐进行调查，发现很多人不知道这种病。”宗建平说，“经济舱综合症”又叫“下肢深静脉血栓”或“旅行血栓症”，它是指在乘坐飞机旅行中或旅行后，乘客由于长时间坐在相对狭小的座位上不动，导致双下肢静脉血液淤积发生凝固形成血栓，下飞机活动后血栓脱落，并随血流经右心室到达肺动脉，阻塞肺动脉，医学上也称肺栓塞。

王后兴介绍，肺栓塞的常有表现为突发不明原因的虚脱、面色苍白、出冷汗、呼吸困难者、胸痛、咳嗽等，并有脑缺氧症状，如极度焦虑不安、倦怠、恶心、抽搐和昏迷，严重时甚至会导致休克死亡。

旅行途中如何预防血栓形成？

宗建平介绍，“经济舱综合症”在部分人群高发，这些人长途旅行时要格外注意：40岁以上、糖尿病、高血脂症、肥胖的；3日内接受手术如内视镜及皮肤科、眼科手术的；有下肢静脉瘤、口服避孕药、产后的；有急性肺动脉栓塞病史或家族史、先天性血栓形成体质的。

预防“经济舱综合症”，最好的方法是补充水分，尤其是长时间处于空调环境中，每小时最好补充200毫升水，避免喝酒精及含有咖啡因的饮料（咖啡因利尿），偶尔来一杯运动饮料。

此外，还要注意加强脚的运动，登

上交通工具后切勿只顾坐着和睡觉，1小时要做3~5分钟脚部运动，包括脚尖、脚、指及膝盖运动，如果自行开车，应每隔2~3小时下车活动筋骨，搭机时则要定时起身活动。

王后兴提醒，除了多活动，旅行时最好穿宽松柔软的衣服、鞋子，有条件的也可以穿医用弹力袜。万一不幸遭遇“旅行性血栓”，尤其是旅途中突然发生不明原因的胸痛等症状，应及时前往就近的医院检查，以尽快明确诊断。

记者 孙美星

通讯员 赵冠菁 谢美君 黄颖超

220千伏达蓬变电站 进行集中检修



施工人员在检修。记者 崔引 摄

本报讯(记者 林伟 通讯员 王慕宾 陆晓依)昨天，宁波电网新年首个“大手术”——220千伏达蓬变电站集中检修正式启动。

220千伏达蓬变地处慈东工业区，承载着慈东地区主要的工业、民用、商业用电。由于长期受海风、酸雨影响，侵蚀严重，设备腐蚀速度较快，同时，随着近年来周边用电负荷的不断攀升，设备承载压力不断增加，电力设备亟待检修。

国网宁波供电公司变电检修室决定对该变电站“生病”设备进行“大换血”，并以此契机对设备进行智能化改造升级，保障可靠智慧供电，进一步满足慈溪地区工业经济的高质量发展需求。

近期宁波接连下雨，近百名电力检修人员克服恶劣环境，冒雨奋战，开展检修“手术”，保障电力设备健康稳定运行。据悉，该工程将在2月27日结束。

拆除“李鬼”警示牌



黄底白字，还标有一个“慢”字，远远看去像是正常的交通警示牌，走近一看才发现是商家的广告。昨天下午，北仑综合行政执法局执法队员拆除了这样的一块“李鬼”警示牌。

记者 边城雨 通讯员 吴一波 林炫铮 摄