



与猝死赛跑

关注救命神器AED 系列报道④

心梗患者逐年攀升 抢救成功率不到10%

业内人士:要想提高抢救成功率 需要更多懂急救的人和AED

心梗的发病率正呈现逐年上升的趋势。如果在公共场所有人猝然倒下,在急救人员到来之前能否及时施救,是救援成功与否的关键。近年来,有关猝死的急救电话逐年攀升。急救专业人士表示,一个完整的急救体系除了医院急救、院前急救外,还有社会急救。有足够数量的AED和懂得心肺复苏技能、能用AED的人,是提高社会急救能力的关键。



便携式AED

资深急救医生讲述 两位患者不一样的结局

我国每年院外心脏骤停发生率为81/10万人口,近2/3的人群在60岁以上,目前一线城市急救中心院外心肺复苏成功率一般在6%左右。记者从宁波市急救中心了解到,今年1-5月中心城区接到猝死报警110例,心肺复苏成功率为6.36%。

“猝死病人如果在第一时间能获得及时救治,很多悲剧可以避免。”宋大鹏是宁波市急救中心的急救医生,有8年工作经历,几乎每个月都会遇到猝死的报警。

让宋大鹏印象深刻的是一名19岁小伙。他平时身体很好,有一天突然在工棚里倒地,神志不清,同伴们急忙拨打了急救电话。但因为身边没有人掌握急救技能,也没有AED等相关急救设备,等宋大鹏赶到现场的时候,已经无力回天。

“每年都会碰到一些年轻的猝死患者,让人格外惋惜。”宋大鹏说,工棚小伙猝死的第二天,他们又接到一位60岁老人在麻将桌上突然失去意识的报警,因为报警地点距离急救点很近,宋大鹏在5分钟左右就赶到现场。“当时我摸了一下,老人的颈动脉已经没有了搏动了,赶紧对他进行心肺复苏。可能老人是心脏刚刚停止跳动不久,我们按压了一分钟左右,老人的眼睛就会动了,颈动脉也恢复了搏动。”在宋大鹏和同事的救助下,老人的手也开始会动了,渐渐恢复了意识,之后老人被送进医院。宋大鹏记得很清楚,那位老人因抢救及时,

恢复得很好,送到医院的时候已经能坐起来了。

“内科原因发生猝死的患者,有75%以上是心脏引起的,这类患者并发生室颤的时间很短,只有30秒左右的最佳除颤时间窗。”宋大鹏说,对于心源性猝死的人来说,及时的心肺复苏加除颤是非常有效的救治方法,而且患者一旦出现室颤,越早进行除颤效果越好。如果晚了,即使用上了AED,效果也会打折扣,脑复苏的可能性会大大降低,还容易出现反复室颤发生的情况。

宋大鹏还提醒,如果使用了AED为患者急救后,不要马上撕掉电极片,因为室颤的抢救往往不止一次,可能还会有顽固性室颤的发生。这时候可以继续心肺复苏,等待专业的救援团队来临或是听从120调度的指导。

AED的推广普及 还需社会各界共同发力

想让更多发生猝死的患者及时得到专业救治,必须要有更多具备急救能力和急救设备,其中科学合理配置AED是关键硬件。

宁波到底还需要多少台AED?记者采访了不少急救专家,他们都表示没有一个统一标准,要想满足在抢救黄金4分钟内使用的条件,也就是说在距离患者倒下的地方2分钟距离内能找到AED,才是最理想的。

宁波市红十字会有关负责人表示,AED的推广普及除了资金投入,还有公众

急救意识和技能的提高,这需要社会各界的共同努力。2019年和2020年连续两年,“公共应急救援服务工程”被列入市政府民生实事项目,在各方努力下,宁波公共场所AED数量快速增长。除了政府投入、社会募集,AED的配置还可以是企业或单位自己购置。可喜的是,在宁波首批布点AED的公共场所,已经有不少计划再次购置AED并加大对人员的培训力度,以完善急救设备网络,以期让这种“救命神器”发挥更大的作用。

记者 孙美星

退休老师连日头晕恶心 竟是因为每天都用它!

“杨医生,真没想到我经常头晕、恶心是看手机导致的。一星期没看手机,又用了你开的药,都好了。”近日,退休老师刘阿姨来到宁大附院眼科复查。之前,刘阿姨在其他医院看过神经内科、脊柱外科、五官科等科室,没想到祸端竟然是自己每天捧着手机。

接诊刘阿姨的是宁大附院党委委员、眼科学科带头人杨路教授。他告诉记者,现在很多子女陪同父母来眼科时,会提到父母沉迷手机。有些老人以为,年纪大了不会近视。实际上,老年人过度使用手机,对眼睛伤害极大。

用眼过度导致头晕恶心

刘阿姨今年65岁,从两个月前起,时常觉得头晕、犯恶心。一开始以为是没休息好导致的,可过了几天,仍然没有缓解。于是,她开始频繁地看医生。

先是看了神经内科,接着去了脊柱外科,后来又挂了五官科的专家号。经检查,上述可能一一被排除。病因没找到,头晕、恶心的症状却更明显了。

因为刘阿姨提到“眼睛有点干,去配个眼药水”,女儿就陪同她来到宁大附院眼科。检查后,杨路发现,刘阿姨的眼睛充血发红,很干涩,有明显的干眼症症状,便问:“您平时手机玩得有多吗?”“玩得很多。”刘阿姨的女儿吐槽,“一天到晚捧着手机看,刷朋友圈、刷抖音、玩小游戏……”

“您戴老花镜吗?”“以前戴的,现在不用戴也基本能看清。”

做了视力测试后,杨路发现,本来没有近视的刘阿姨已经有了200度的近视,难怪可以基本不戴老花镜了。

“用眼过度,导致睫状肌痉挛,也会引起头晕恶心的。”杨路说。

询问间,女儿发现,刘阿姨每天使用手机竟然长达11个小时。

当天,刘阿姨还在门诊做了个短效散瞳检查,确定存在睫状肌痉挛。杨路开出的最重要的“处方”是——尽量不用手机。

专家支招科学使用手机

网络上,“父母沉迷手机怎么办”成为年轻人社交的热门话题。记者采访了身边几位同事、市民,不少人表达了同一个意思——“以前父母老劝我们别一天到晚捧着手机,现在风水轮流转,反过来我们劝父母少玩手机。”

家住高新区的王女士提供了一段母亲对着5个手机操作的短视频。她说:“我就一个手机,我妈每天5个手机排开,有刷微信群的,有给花浇水打卡换水果的,有拼多多的,有追剧的。每天除了做饭,就是玩手机。”

“我妈玩得很野。买菜APP上养野生鲫鱼换真鲫鱼,拼多多上集种子,网上养鸡去别人家偷米吃,还有各种电子宠物。我都不知道她到底在网上养了多少动物植物。一到晚上8点,就躺床上看直播,买一堆鸡肋的东西。”

杨路说,从人群看,60-70岁的女性往往更容易沉迷手机,而老年人的眼睛比年轻人更容易受到手机的伤害。

怎么科学使用手机,能让眼睛少受伤害呢?

“首先,也是最关键的一点,是千万不要在暗环境下使用手机。”杨路说,晚上关灯后看手机,对眼睛的伤害性极强。其次,要注意使用时间。一般来说,每天超过两三个小时,属于过度使用。单次使用手机30-40分钟后,要注意休息。另外,要注意手机屏幕的亮度。“过亮或过暗对眼睛都不好,我一般设置成手机自动调整屏幕亮度。有时候发现明暗度不合适,再手动调整。很多人会使用手机贴膜,从保护视力角度看,最好选择高透光的手贴膜,而非滤光的防窥膜。”

记者 王颖 通讯员 朱依琼