

居家急诊急救常识

喻兴秀

长宁县中医医院 644300

【中图分类号】R47

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 05-096-02

随着社会的快速发展,我国的临床医疗水平不断提升,越来越多的疑难杂症已经得到攻克,我国的人均寿命不断提高,人们的生活水平也在不断提升。尽管我国的医疗水平已经能够应对大量的危重疾病,但是由于我国人口众多,生活中的各种危险因素均有可能影响人们的生命健康。例如车祸、异物卡喉等风险事件均有可能夺走人们的生活,因此掌握一定的急救护理尝试就显得尤为必要,不仅仅能够为自身的健康提供一份保障,也能够关键时刻救助他人。实际上我国掌握完整的急救护理常识的人并不占多数,加强急救护理知识的科普仍然是现阶段的工作重点,本文就将对生活中较为常见的急救常识进行讲解。

1 宠物咬伤护理

由于人们的生活质量普遍提高,饲养宠物的人也是越来越多,宠物的出现虽然能够为人们的生活带来一定的乐趣,但是如果管理不当也有可能危害自身和他人的生命安全。近年来有关宠物咬伤的报道不占少数,甚至出现了宠物咬伤致残甚至致死的案例。以宠物狗咬伤为例,如出现了明显的创口应当及时使用肥皂水对创口进行清洗,清洗时间应当不少于15分钟。清洗完后应当使用清水将创口部位再次清洗,随后采用卫生棉球将创口处的水擦干并保证创口部位的干燥。在自行处理完后应当及时前往就近的医院在医生的指导下开展治疗,宠物咬伤一般建议注射狂犬病疫苗和破伤风疫苗。

2 中暑护理

中暑是由于人体长期暴露在高温环境下导致的核心体温上升到的疾病,可能导致患者出现散热障碍。夏季往往是中暑的高发季节,尤其是长时间处于室外高温环境下的工作者例如快递员是中暑的高发人群。长期以来人们对中暑的理解一直都存在误区,认为中暑只需要短暂的休息就能痊愈,殊不知这种错误的观念会为自身和身边的人带来极大的安全隐患。重度中暑如不引起高度重视极容易导致热衰竭和热射病的发生,严重可能危害患者的生命安全。中暑初期患者一般会出现全身乏力并伴有呼吸和心跳加快等症状,部分患者会出现头晕呕吐的症状,一大出现中暑症状后需要立即脱离高温的环境下。出现中暑症状后应当立即前往就近的阴凉通风处停止劳动,可以采用冰敷和引用清凉饮料的方式以达到物理降温的效果,如中暑症状未得到明显好转或者出现病情加重的情况需要立即送医。

3 鼻部流血

导致鼻出血的原因较多,有可能是鼻附近组织损伤血管破裂引起的,也有可能是血液病等疾病出现的并发症。鼻出血是一种较为常见的现象,但是也需要引起一定的重视,部分鼻出血是鼻腔新生物或者全身性疾病引起的。当出现鼻出血时及时采取自我急救措施避免出血的情况发生。值得注意的是当出现鼻出血时应当避免仰头,仰头不但无法起到止血的作用,还有可能导致血液进入呼吸道引起窒息。正确的做法应当是用手指捏住两侧鼻翼降低出血量,出血量减少后

可采用浸润后的棉球阻塞鼻腔。如果上述方法依然无法成功止血应当及时拨打医院急诊电话或者前往就近的医院进行治疗。在前往医院治疗或者等待救治的过程中应当避免奔跑以免加重出血的情况。

4 扭伤

扭伤主要是由于外力因素导致肢体和关节周围的筋膜和肌肉等出现损伤的情况,较为常见的扭伤是脚踝的扭伤。扭伤后相关部位会出现明显的红肿和疼痛现象,患者脚踝扭伤后往往会出现行走困难和疼痛的情况,严重情况下可能影响行走能力。如出现关节部位扭伤时切勿自行解决,应当在专业的医务人员指导和帮助下进行患处的处理。出现扭伤后应当避免剧烈运动,同时可以采用冰袋或者向患处喷洒云南白药气雾剂等方式减轻局部疼痛感同时消除红肿现象,严禁对患处进行热敷以免加重病情。其次严重的扭伤并伴有明显的红肿和疼痛情况可能怀疑是骨折,应当及时在他人陪同下前往医院进行治疗。

5 溺水

近年来溺水导致的人员伤亡案例时有发生,尤其在夏季是溺水案例的高发时期,一方面需要避免前往无人看管的池塘和河流游泳,另一方面需要掌握一定的溺水急救护理常识。溺水者随着溺水时间的推迟而出现不同的症状,部分患者在溺水1min内便会出现低血氧症,严重情况下还会出现休克甚至是死亡的情况。针对溺水的患者应当将其及时脱离溺水环境,并检查患者口鼻内是否存在异物,如患者出现呼吸骤停应当立即进行心肺复苏,并及时拨打急救电话,并在等待期间持续对其进行心肺复苏。心肺复苏的正确操作应当是在清除患者口鼻内异物后垫高其下巴保证其呼吸的顺畅。其次将左手放在缓和的胸部中央胸骨下半部,右手置于左手上垂直向下发力,另外下压的深度应当为5cm左右,持续按压指导救护人员到来。

6 触电

针对触电者的救助需要在保证自身安全的基础上展开施救,触电可能会导致患者出现强烈的肌肉痉挛,并造成脏器的灼伤。严重情况下会导致患者出现呼吸骤停的现象,危及生命。发现人员触电后应当及时切断所在区域的电源,切忌在电器处于带电状态下对患者展开施救。如果触电者是由于电器漏电引发的触电,应当再用干燥的木棒或者棉衣棉被将触电者迅速脱离漏电区域。如患者出现休克和呼吸骤停的情况应当及时拨打急救电话同时对患者进行心肺复苏和人工呼吸。

7 急性酒精中毒

随着生活水平的普遍提高,越来越多的人喜欢小酌一杯,不少人未意识到酒精对健康的危害,酒精中毒的事件也层出不穷。人体在短时间摄入大量的酒精后神经中枢会受到严重的影响,部分患者在发病后会出现器官衰竭的症状,严重情况下会危及患者的生命。现阶段临床医学根据发病的速度将

(下转第97页)

得了痔疮怎么办？中医治疗有诀窍！

周祥春

成都市双流区第一人民医院 610200

【中图分类号】R657.18

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 05-097-01

痔疮是肛肠科最常见的一种疾病，按照分型可以将痔疮分为内痔、外痔和混合痔，每种分型都具有不一样的临床表现，为了能够使患者对于不同的分型进行自我的判断，以下将说明：

一、痔疮的分型

1. 内痔

内痔是以无痛性便血为主要表现，血液呈现的是鲜红色的，常见为喷射状和点滴状，在便前便后都会出现。当患者在喝酒后以及便秘和食用具有刺激性的食物时，就会加重病情。内痔根据分期可以分成四个阶段：一期是指患者在排便时带血，但是不会出现内痔脱出的情况，同时齿状线上粘膜是呈结节样隆起的；二期是指患者排便时带血，同时内痔有脱出且可以自行回纳的现象，血液是呈滴血或射血状的；三期是指患者在排便时、咳嗽时、劳累时或负重时内痔脱出，但时是不可自行回纳，需要在手的帮助下回纳入肛；四期是指患者的痔核脱出由于嵌顿而不能回纳，同时还会出现剧烈疼痛以及肿胀的情况，甚至有部分患者出现小便不畅、恶寒和发热等。

2. 外痔

一般外痔并没有早期的表现，只有部分患者会发生继发性湿疹而出现肛门瘙痒，长久蹲厕所后会出现肛门坠胀感和异物感等。还有部分患者会发生肛门外隆起皮下静脉曲张团块，静脉曲张破裂会形成血栓外痔引起疼痛。

3. 混合痔

内痔和外痔两种临床表现合并，会出现出血、内痔脱出、异物感以及疼痛感。

二、痔疮的治疗

痔疮在中医的理论上主要是因为久泻久痢、脾胃亏虚、饮食不洁和便秘以及久坐负重等有很大的关联。目前在临床上大多都是采用中医对痔疮进行治疗，因为中医的历史非常的悠久，同时具有非常多的经验。中医中最强调的就是辨证论治，以下将说明中医治疗痔疮的方法：

一）中药内服治疗

气滞血瘀型，因为劳累过度而引发的证型，在临床上患者会表现出肿胀、内痔脱出、疼痛剧烈、肛管紧缩、苔白或黄以及便秘溲黄、脉弦或涩等情况。对于这类患者主要是进行

消肿、解毒、止痛以及行气化瘀治疗。使用止痛如神汤，药方为：熟地黄、枳实、归尾、黄柏、皂角、防风、苍术、泽泻、槟榔、秦艽。

风伤肠络型，主要是因为便秘、饮食不洁而导致出现的证型，患者会出现便血，且血液是鲜红色呈喷射状和滴血状的，还有部分的患者会出现肛门瘙痒、口燥咽干、脉细数、苔薄白或黄。对于这型的患者通过清热、凉血祛风治疗。使用凉血地黄汤，其药方为：黄芩、生地黄、当归尾、地榆、黄连、赤芍、槐角、天花粉、荆芥、升麻和甘草。

脾虚气陷型，是因为受凉和脾胃虚弱以及饮食不洁而导致的，患者会出现内痔脱出无法自行回纳且手动回纳困难和肛门下坠感等情况，同时患者便血的颜色比较淡。此外，患者还具有疲惫乏力、气短懒言、纳呆便溏和面色无华等表现。针对于此型的患者需要采用固脱止血和补中益气为治疗原则。使用补中益气汤加减，药方为：黄芪、炙甘草、白术、柴胡、赤石脂、升麻、党参。

湿热下注型，饮食不洁容易诱发该证型，患者会出现便血且血液是鲜红色的，血液的量比较多，肛门肿物向外突出，能够自行回纳，但是渗出物比较多，甚至还会出现大便粘滞不爽、肛门灼热以及潮湿不适等情况。对于该证型的患者主要使用清热、渗湿、止血为主，使用脏连丸合萆薢渗湿汤，药方为：萆薢、牡丹皮、茯苓、泽泻、薏苡仁、通草、滑石、黄连、黄柏。

二）中药外治

1. 中药熏洗

中药熏洗是中医治疗当中方便有效的一种方式，可以明显缓解症状，控制病情发展。常用的药方为：蒲公英 20g、苍术 20g、马齿苋 20g、地榆炭 20g、鱼腥草 20g、芒硝 20g 用水煎煮，留取药液备用，在患者洗浴之前，将药液涂抹在病灶的下方，再进行熏蒸，剩余的药液放在温水中进行坐浴，坐浴时间为 10-15 分钟，每天两次，早晚各一次。

2. 敷药法

敷药法指在清洗完后需要擦拭干净，并且保证病灶的干燥，随后使用中成药涂抹剂在病灶处，如麝香痔疮膏、黄连膏以及玉红膏等。中药口服和熏洗联合治疗能够提升治疗的效果。如果中药熏洗和外敷联合治疗，一定要在清洗完毕以后，再对患者病灶处涂抹药膏。

（上接第 96 页）

其分为慢性和急性酒精中毒，其中急性酒精中毒患者的病情往往较为凶险，发病较快。一旦出现酒精中毒的症状后需要立即停止饮酒同时调整体位避免呕吐物堵塞呼吸道引发窒息。呕吐能够将患者腹中未被吸收的酒精吐出，因此可以催吐的方式促使患者吐出腹中的酒精以减轻症状。呕吐后可以服用少量的糖水以促进体内酒精的代谢同时缓解低血糖的症状。如患者出现神志不清甚至呼吸骤停的情况需要及时对其进行心肺复苏同时紧急送医。

综上所述，急救护理常识对于每个人来说都是十分重要的，掌握一定的急救护理常识不仅仅能够为自己的生命健康保驾护航，同时也能够为家人和朋友的健康提供一定的保障。例如心脏骤停、动脉出血等疾病的病情发展速度较快，从发病再到就医的整个过程患者往往可能错过最佳的抢救时机，不少的急危重症患者都是在送医的途中离世的，因此掌握基本的自我急救护理常识不仅仅能够提高对患者的治疗效果，还会提高抢救的成功率。