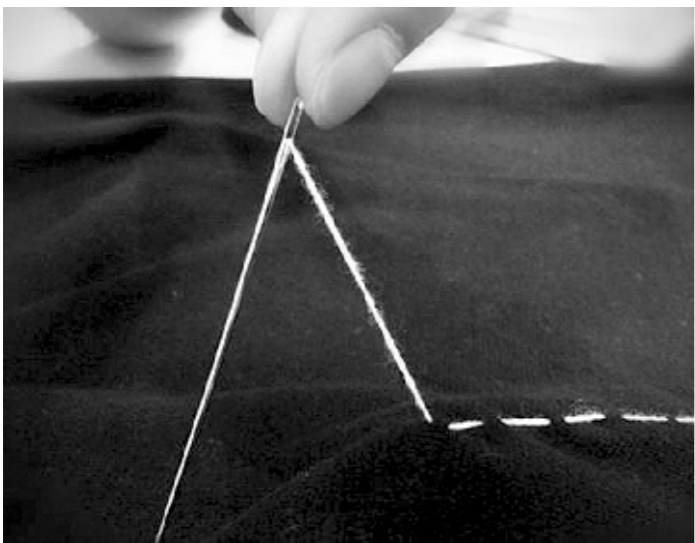


## 网传缝衣针能急救，可信吗？

### 专家提醒：学习急救知识要通过正规渠道

本报记者 采凤娇 张琦

**编者按：**随着网络的发展，喜欢玩微博、微信的朋友越来越多了，近日，记者在微信朋友圈中发现，不少朋友转载了大量的急救知识和疾病防控知识，有朋友转发的文章《烂在肚子里的救命知识》引起了记者的注意。针对缝衣针能急救是否靠谱儿这一问题，记者采访了有关专家。



现象：小小缝衣针竟能急救

最近，网络上有篇文章提到一根缝衣针的3招急救妙用，文章称“若刚刚发现心脏猝死患者后，可马上脱掉患者的袜子，用缝衣针分别刺破其10个脚趾尖，然后各挤出一滴血，不等挤完10个脚趾尖，患者就能清醒过来；不论是哮喘患者还是急性喉炎患者，发现其不出来

气，或者憋得脸红脖子粗时，需赶紧用缝衣针刺破鼻尖，挤出两滴黑血即愈；遇见有人抽羊角风（癫痫）后，取出缝衣针刺破其人中穴并挤出一滴血，马上即愈（人中穴在鼻唇沟的中间）。”

不仅如此，文章还称以上做法均无任何危险，10秒内见效。这篇文章在微信圈中被疯狂转发，记者在百度输入该文章的标题时，发现很多网站都转发了这

篇文章，不少个人用户在博客里也将转发，并且浏览量高达几万人次。

那么，这样的做法是否真有如此神奇，小小一根缝衣针是否能够拯救急症患者？

**回应：大部分内容不靠谱**

针对“缝衣针刺破脚趾尖急救心脏病猝死患者”的说法，河南省中医药研究院附属医院心血管科主任王守富说：“这种做法不完全正确，心脏病猝死是最严重的急危重症，导致心脏病猝死的病因很多，目前比较明确的有冠心病（尤其是急性心肌梗死）、心肌病、急性心力衰竭、瓣膜性心脏病、电生理异常和先天性心脏病。心脏病猝死早期变化又分致急性快速性心律失常、缓慢性心律失常等。正因如此，急救人员需要对心脏病患者进行早期识别，区别不同点并分类处理。”

王守富表示，用针刺破10个脚趾尖很难对大多数心脏病猝死患者起到效果。这篇文章中提到的方法对神经性昏厥、中暑所致短暂昏厥等可能有效。而对于“缝衣针刺破鼻尖急救哮喘患者或是急性喉炎患者”的做法，河南省中医药研究院疼痛风湿病科主治医师王新义则表示：“鼻尖为素髻穴，与人中穴相似的急救作用。鼻尖刺血治疗哮喘或者喉炎造成的憋气可能会有一点儿效果，但文章所说的治愈太夸张，很难一概而论对错，还是要听专业医生建议。”

董俊兴表示，癫痫发作时，应尽快扶患者侧卧，防止其摔倒，使其头侧立，让唾液和呕吐物尽量流出口外，防止误吸或窒息；然后解开其领带、胸罩、衣扣、腰带，以保持呼吸道通畅；将手帕卷成团或用一双手帕缠上布条塞入其上下牙之间，防止舌头咬伤，注意不要在患者口中或牙齿之间强行塞

放木筷、勺子等物，不要用力按压患者肢体，以免造成骨折或扭伤；尽快拨打120急救电话送医院进一步诊治。

**提醒：学习急救要通过正规渠道**

王新义认为，现在是信息时代，各种各样的急救保健知识也充斥着网络。人们对此几乎没有分辨力，这样对错掺杂的保健知识，不仅欺骗了群众，同时也贻误了患者的病情，危害不小。

郑州市紧急医疗救援中心特勤大队主任燕重远也提醒爱用微信的朋友，不可轻信他人转发的急救、保健知识，此种知识很多信息来源不明或者不确定，科学性和权威性不足，指导意义有限。人们想了解此类信息，可到正规的疾病预防控制部门、卫生部门等官方网站了解，最好咨询相关专家，在正规医生和急救专家的指导下，对症下药，科学施救，疾病的治疗本身就是在因人而异的。

燕重远还强调，人们应加强健康急救、保健知识学习，掌握必要的急救知识，养成良好的生活习惯。

## 如何识别抑郁症

□程德君

抑郁症是一种常见的心境障碍，可由各种原因引起，以显著而持久的心境低落为主要临床特征，且心境低落与其处境不相称，严重者可见自杀念头和行为。多数抑郁症病例有反复发作的倾向，部分病例发作后可有残留症状或转为慢性。

我们常说的抑郁症，其实是指临床上的重症抑郁症(major depression)，人群中约有16%的人在一生的某个时期会受其影响。还有一些症状较轻的抑郁症并未受到重视。现在的人们在生活、工作中的压力都很大，在如此重压下，有些人难免会出现心理问题。心理问题严重影响了人们的生活质量，据世界卫生组织统计，抑郁症已成为世界第四大疾病，预计到2020年，抑郁症可能成为仅次于冠心病的第二大疾病。

如此可怕疾病应该引起重视，抑郁症的具体表现有：

情绪低落、思维迟缓、意志活动减退，具体可表现为显著而持久的抑郁、悲观，与现实环境不称。程度较轻的患者感到闷闷不乐，无愉快感，凡事缺乏兴趣，感到“心里有压抑感”“高兴不起来”；程度重的可悲观绝望，有度日如年、生不如死之感，患者常诉说“活着没有意思”“心里难受”等。更年期和老年抑郁症

患者可伴有烦躁不安、心神不宁、浑身燥热、潮红多汗等，而儿童和少年可以表现为易激动(如不耐烦、为一点儿小事发怒)典型的抑郁心境还具有晨重夜轻节律的特点，即情绪低落的情况在早晨较为严重，而傍晚时可有残留症状或转为慢性。

患者可能会反馈其大脑反应迟钝，或者记忆力、注意力减退，学习或者工作能力下降，犹豫不决、缺乏动力，什么也不想干，以往可以胜任的工作现在感到无法应付。患者自我评价降低，有时还会将所有的过错归咎于自己，常产生无用感、无希望感、无助感和无价值感，甚至开始自责、自纠，严重时可能出现罪恶妄想(反复纠结与自己一些小的过失，认为自己犯了大错，即将会受到惩罚)、反复出现消极观念或者行为。

值得注意的是，由于中国文化的特点，一些患者的情感症状可能并不明显，突出表现为各种身体的不适，以消化道症状较为常见，如食欲减退、腹胀、便秘等，还会有头痛、胸闷等症，患者常常会将某一躯体主诉，并容易产生疑病观念，进而发展为疑病、虚无和罪恶妄想，但内科检查却发现没有大的问题，相应的治疗效果也不明显。(作者供职于河南省精神卫生中心)

## 结核防线

### 说说肺结核的早期发现

结核病是一种慢性传染病，患病早期症状较轻微而且不典型，往往容易被人疏忽，延误诊断和治疗。因此，有下列呼吸道症状及其他疑似肺结核症状的人，应到结核病防治机构进行痰菌检验、胸部X线检查或结核菌素试验，以便得到早期的诊治。

有呼吸道症状：如咳嗽、咯痰两三周以上，及咯血痰者。

有感冒样症状：如发热、咳嗽、周身不适、乏力，经2周左右治疗不见好转者。

较长时间的低烧、体重减轻、盗汗、消瘦或发烧、胸闷、胸痛、气短原因不明者。

月经紊乱、原因不明闭经及其他疾病长期使用肾上腺皮质激素治疗者。

有其他病史：如患有糖尿病、矽肺、胃溃疡、患麻疹、百日咳后两三个月儿童。



一位患者正在河南省传染病医院（郑州市第六人民医院）接受治疗。

有肺结核病史：如颈淋巴结结核、骨关节结核等，有原发结核过敏性增高症候群者，如结节性红斑、泡性结膜炎、关节风湿样疼痛等。

从农村或边远地区进入城市的学生、工人以及与社会人群接触面广、受传染机会多的服务行业职工也应定期进行体检，才能达到有病早治、无病早防的目的。

## 结核病能不能治好？

随着医学科学的进步，抗结核的化学药物的出现和化学疗法的开展，防痨网的建立健全，相关管理措施的落实，几乎可以治愈所有的初治结

核病患者。不论症状轻重、病变范围大小、痰菌阴性或阳性。

化学疗法是战胜结核病的有力武器，其在结核病控

制工作中处于中心地位。结核病患者在医务人员指导下按时服药，只要坚持有规律的全程治疗，必能获得成功。

(河南省传染病医院/供稿)

## 控烟在路上

### 烟草商的3个伪装陷阱

#### 中草药香烟、女士香烟、带过滤嘴的香烟“危害小”，都是噱头

**问题：**加有中草药的烟危害小？

**解析：**这是中国烟草企业设下的又一个陷阱。近年来，我国一些烟草企业在卷烟中添加一些中草药，宣传这些添加物可以减少危害甚至起到保健的作用。其实，中草药卷烟的危害并不比普通卷烟少。它和普通卷烟一样具有致癌性和成瘾性。有关研究显示，烟叶和中草药混合卷烟所释放的致癌物质和尼古丁，并不少于普通卷烟。有研究曾检测135名中草药卷烟吸食者和143名普通卷烟吸食者的尿液，发现中草药卷烟吸食者和普通卷烟吸食者体内的尼古丁水平和致癌物质水平没有差别。

值得人们深思的是，添加的中草药在卷烟燃烧过程中，是否会转化为其他有害物质？烟草企

业是否应该披露卷烟中添加物(包括香料和中草药)的成分及其对健康的影响？由于烟草企业没有科学实验数据的公布，不得不令人担忧。烟草企业无科学依据地随意添加中草药和各种辅助剂，将会带来更严重的后果。

要特别指出的是，未经国家食品药品监督管理局许可，擅自在卷烟中添加中草药并供人吸食，是违反《药品管理法》和《食品安全法》的。

**问题：**女生吸女士烟不会影响健康？

**解析：**所有的烟草制品包括“低焦油”“淡味”卷烟，都是致命的，根本不存在什么“安全卷烟”。吸烟几乎损害人体的大部分器官：呼吸系统、循环系统、神经系统、泌尿系统及其他重要脏器。这些损害对男女来说是相同的。然

而女性特殊的身体结构和孕育下一代的生理特点，使得吸烟对女性还会造成一些特殊的伤害。吸烟可使女性容颜早衰、月经紊乱、痛经、雌激素低下、绝经期提前、骨质疏松、尿失禁。另外，孕妇吸烟对胎儿健康有严重损害，会引起流产、早产、死产、胎儿发育迟缓、先天畸形、低出生体重等。

**问题：**带过滤嘴的卷烟危害小？

**解析：**卷烟燃烧时产生的烟雾在通过过滤嘴时，焦油等部分有害物质被吸附，从而降低了吸烟机测量的结果。然而，吸烟机测量的结果根本不能代表吸烟者实际吸入的有害物质含量。尼古丁是一种成瘾性物质，吸烟者为了维持血液中尼古丁的浓度，会采取“补偿行为”，吸烟者可能增加每天吸烟的次数，吸更大

春节，是农历的岁首，俗称“过年”，是中国最盛大、最重要的一个传统节日。在春节期间，很多人的生活规律被彻底打乱，打牌、游玩、走亲访友成了常事，人们吃饭也变得没有规律，甚至会出现“饥一顿、饱一顿，冷一顿、热一顿”的现象。每年春节过后，河南省精神卫生中心(河南省精神病医院)都会出现精神病患者就诊高峰。那么，在春节期间如何预防精神病发作？

**专家建议：**首先一定要坚持按医嘱服药。这是目前认为减少精神病复发的最有效的方法。不要认为病好了就不需要服药，也不要认为长期吃药会使脑子变笨，或认为过节期间停几天服药。大量事实证明，自行减药或停药，70%~80%的精神病患者会出现复发。春节期间，家属会因为太忙而疏忽监督精神病患者按时服药，容易导致精神病复发。

其次是加强心理护理。由于社会上普遍存在对精神病患者的歧视和偏见，给其造成很大的精神压力，常表现为自卑、抑郁、绝望等，有的患者会因无法承受压力而自杀。节日期间，家属应多给予其爱心和理解，满足其心理需求，尽力消除患者的悲观情绪。家属应掌握适当的心理护理方法，随时对患者开导与帮助，帮助他们树立自信，以积极的心态回归社会。家属切莫因过节事情繁忙而忽略了对照患者的照顾。

再次要合理安排节日期间精神病患者的日常生活起居。要保证精神病患者生活有条理、起居有规律，防止其过度劳累并保证足够的睡眠，饮食宜清淡，忌烟酒，不吃刺激性食物和饮料。在天气暖和时，要带精神病患者多去室外活动，如散步、慢跑等。患者可以通过户外体育活动呼吸新鲜空气，使其从过度封闭的心灵中走出来。

四是要在节日期间保证精神病患者有良好的生活环境。家人要多关心精神病患者，多留意他们平常的行为，学习精神卫生知识，细心观察，及时发现精神复发的早期症状，若精神病患者出现如失眠、情绪不稳、多疑、自语、自笑、行为怪异等，应尽快带其到医院复查。

(作者供职于河南省精神卫生中心)

## 谨防精神疾病复发

□职晓燕

## Y 异域传真

### 日本发现一种蛋白能杀死癌细胞

日本科学家发现，在放疗化疗过程中，双调蛋白(AREG)对于杀死癌细胞起到至关重要的作用。

日本东京慈惠会医科大学吉田清嗣教授和爱媛大学东山繁树教授组成的研究组发现，人类P53抑癌基因通过一种特别的磷酸化作用，可以诱导生成双调蛋白

(AREG)，这种蛋白与核糖核酸、解旋酶作用，促进产生核糖核酸来诱导DNA(脱氧核糖核酸)受损的癌细胞因缺乏抵御能力而死亡。科学家相信，如果能够使癌细胞高效产生双调蛋白，将大大提高癌症治疗效果。这一发现也许能够促进对无副作用抗癌疗法的研究和开发。

### 美国发现女性血压高更易得冠心病

美国一项新研究发现，与男性相比，高血压病给女性带来的危险更大。

美国维克森林大学浸会医疗中心科学家对100名53岁以上的男女参试者进行了一系列的专业测试对比研究。这些参试者都患有未经治疗的高血压病。通过对参试者血流动力学(血液循环能力)和涉及引起高血压病的激素特点的测试，研究人员发现，女性血管比男性血管更紧张，这意味着患高血压病的女性发生血管堵塞、心脏病、脑卒

中等血管性疾病的危险比男性更大。

研究人员预测，男女血压升高相同幅度时，女性心血管疾病发生率比男性高出30%~40%。

新研究负责人，卡洛斯·费拉里奥教授分析指出，更年期女性中细胞因子刺激激素更多，以及雌激素水平下降导致血管失去应有的保护作用等因素会让她们面临更大的心血管患病风险。因此，年轻女性如果患高血压病，更应该积极应对。

(以上均为本报综合摘编)

(本版图片除有署名外均为资料图片)

## 精神卫生之窗

河南省精神卫生中心 协办

咨询电话：(0373)3373990 3373992  
地址：新乡市建设中路388号

### 医改好项目——浮针疗法已被列入国家卫生和计划生育委员会副主任、国家中医药管理局局长王国防主编的《基层中医药适宜技术推广项目“十二五”规划》教材。

## 全国第212届疼痛高级研修班招生通知

**一、浮针疗法突破传统针灸理论，不要求学员具备经络、穴位等相关知识，是一种操作简单、易学的新疗法，只需在疼痛部位皮下组织扫描即可治疗疼痛。因其简便、安全，近年来，浮针疗法在国内得到广泛推广，发展迅速，成为医院和个体诊所治疗疼痛的常用疗法。经过8万多名患者临床应用，该疗法的有效率很高，康复率达96%。由于起效迅速，该疗法常快于麻醉剂，在北美被誉为“神针”。**

**主治：**颈椎病、腰椎间盘突出症、腰三横突综合征、腰肌劳损、腰扭伤、骨质增生、肩周炎、风湿性关节炎、类风湿性关节炎、坐骨神经痛、三叉神经痛、头痛、失眠、网球肘、腱鞘炎、强直性脊柱炎、梨状肌综合征、带状疱疹、乳腺炎、癌性疼痛、结石疼痛、胃痛、胆囊炎和阑尾炎等疼痛疾病及妇科疾病。

**二、腰三针疗法**腰椎间盘突出症。

**三、特效彩色、无铅膏药**的制作新技术，操作简单，无烟无毒，无异味，制作全过程只需十几分钟。

**四、外灸神针疗法**(神穴百病)温经活血，祛寒止痛，升阳举陷，补虚固脱。

**中外自然疗法**不吃药，不打针，自然康复。

**报到时间：**2月21日 **培训时间：**2月22日~24日

**【亮点】** 修正疗法快速整脊止痛高级研修班：主治脊柱相关疾病(发明人授课)。

**报到时间：**2月24日 **培训时间：**2月25日~26日

发证岗位(自备1寸照片2张)  
报名地点：郑州市纬五路45号附1号河南省医学会602室  
联系人：张老师 400-995-6995(免长途费)  
报名电话：(0371)56685168 1881186988  
世界互联网副秘书长新型浮针发明人主讲 中心网址：www.fuzhenwang.cn



口，更频繁地吸，或者更深入地吸肺部。

大量研究数据表明，有过滤嘴或打孔通气设计的卷烟，可以使吸烟者吸入烟雾的阻力大幅度下降。因此，使用同样的力气吸一口烟，可以吸入更多的烟雾。对吸烟者体内烟雾暴露生物标记物的检测结果使一切真相大白——普通

卷烟和过滤通气设计的所谓低危害卷烟，吸烟者吸入体内的有害物质一样多。吸烟机测量的结果与吸烟者实际吸入的烟雾水平几乎不相关！可见，过滤嘴或通气打孔是专门为了让吸烟机“说谎”而设计的装置，根本不能有效降低吸烟者的有害物质摄入量。(河南省疾病预防控制中心/供稿)