

急救学

常用止血方法及操作

一、常用的止血方法有以下四种:

1.加压包扎法 用敷料盖住伤口,再用绷带加压包扎。这种方法急救中最常用。

2.填塞止血法 用消毒的纱布、棉垫等敷料填塞在伤口内,再用绷带、三角巾加压包扎,松紧度以达到止血为宜,常用于颈部、臀部等较深伤口。

3.指压止血法 用手指压迫出血的血管近心端,使血管闭合阻断血流达到止血目的。适用于头、面、颈部及四肢的动脉出血急救。

4.屈曲加垫止血法 当前臂或小腿出血时,可在肘窝或腋窝放置棉垫、毛巾或衣服等物品,屈曲关节,用三角巾或布带做“8”字固定。注意有骨折或关节脱位时不能使用,因为应用此方法后伤员痛苦较大,不宜首选。

5.止血带止血法 适用于四肢大血管破裂出血多或经其他急救止血方式无效者。常用气囊止血

带或长一米左右的橡皮管;急救时可用布带、绳索、三角巾或毛巾代替,称绞紧止血法。使用时应注意以下几点:

(1)止血带必须扎在伤口的近心端,肘关节以下的伤口,应将止血带扎在上臂,膝关节以下伤口应将止血带扎在大腿上。

(2)在扎止血带前先包一层纱布或单衣。

(3)扎止血带之前应抬高患肢两分钟,以增加静脉回心血流量。

(4)应标记、注明扎止血带的时间,并每隔45-60分钟放松止血带一次,每次放松时间为三五分钟;松开止血带之前用手压迫动脉近心端。

(5)扎止血带后松紧要适宜,以出血停止、远端摸不到动脉搏动为好。

(6)不可用电线、铁丝等当止血带用。

二、止血具操作方法

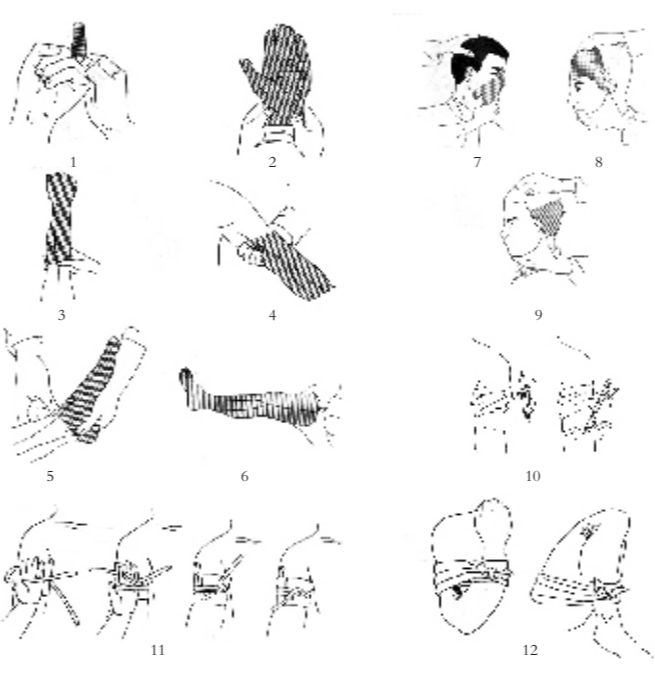
1.橡皮带止血法 先在止血

带部位垫一层纱布或单衣,再用左手拇指、食指、中指持止血带头端,另一只手拉紧止血带绕肢体缠两圈,并将橡皮带末端压在缠紧的橡皮管下固定。

2.绞紧止血法 先垫衬垫,再将带系在垫上,绕肢体一圈打结,在结下穿一棒,旋转此棒使带绞紧,到不流血时为止,最后将棒固定在肢体上。

以下几种常见止血方法示意图:

- 1.指出血的压点及其止血区域
2.手掌出血的压点及其止血区域
3.前臂出血的压点及其止血区域
4.肘动脉的压点及其止血区域
5.足部出血的压点及其止血区域
6.股动脉出血的压点及其止血区域
7.面部出血的压点及其止血区域
8.前头部出血的压点及其止血区域
9.后头部出血的压点及其止血区域
10.前臂出血的绞紧止血法
11.前臂出血的止血带止血法
12.屈关节止血法



(摘自《全国基层卫生人员急救基本知识培训教材》)

合理用药

大部分药物都需要用足量水送服,但是有些药物服用时则要限制饮水,否则会使药物的疗效大大降低。

部分胃药 苦味健胃药如复方龙胆酊、龙胆大黄合剂、健胃散等,这些药是通过苦味刺激舌部味觉感受器及末梢神经,促进唾液和胃液分泌而增加食欲,故服用这些药的时候不要加水冲淡,也不要多喝水,服后不要漱口。胃黏膜保护剂如硫糖铝、氢氧化铝混悬凝胶、米索前列醇、铋剂(如枸橼酸铋钾、果胶铋等)、麦滋林-S颗粒等,服药后在胃中形成保护膜,故服用时不要多喝水,服药后1小时内尽量不要喝水,避免保护层被水冲掉,而且最好饭前1小时空腹服用,或睡前服用。对于一些片剂的胃黏膜保护剂,只需要用水把药片送服进去即可,不能再多喝水。蒙脱石散也是常用的消化道黏膜保护剂,具有较强的吸附力,药物可均匀地覆盖在整个肠腔表面,以吸附致病微生物,故每袋3克也只需要50毫升水冲服。直接嚼碎吞服的胃药如硫糖铝,不要多喝水,防止破坏形成的保护膜。

止咳药 如止咳糖浆、甘草合剂。这些黏稠药物服用后会留在发炎的咽喉部而发挥作用,因此服药时应少喝水,尤其不应喝热水,避免把咽喉部药物的有效成分冲掉。一般要求服止咳糖浆5分钟内不要喝水。

治疗心血管疾病的药物 如硝酸甘油、硝酸异山梨酯、硝苯地平、卡托普利、复方丹参滴丸、速效救心丸、麝香保心丸等,如果心绞痛突然发作,发生高血压病危象时,应舌下含服,由舌下静脉直接吸收药物以达速效。不可咽下,不需要用水送服。

抗利尿药 如加压素、醋酸去氨加压素。服药期间应限制饮水,否则可能引起水钠潴留或低钠血症及其并发症。

口含片 如西瓜霜润喉片等治疗口腔、咽喉感染的口含片,不能用水送服。

有些患者吃完药后受不了口腔内残留药味的刺激,忍不住就想多喝水。但如果服用的是上述药物,患者必须至少忍半小时,半小时后才能喝极少量水以清除口腔异味。(钱进)

服用这些药要少喝水

认识中药



千金子

性味功能 千金子味辛、性温,有毒,逐水消肿,破血消癥。
主治用法 千金子用于治疗水肿、痰饮、积滞胀满、二便不通、血瘀经闭、外治顽癣、疣赘。
用量 1~2克,外用适量。



川楝子

性味功能 川楝子味苦、性寒,有小毒,有舒肝、行气止痛、驱虫的功能。
主治用法 川楝子用于治疗胸胁、脘腹胀痛、疝痛、虫积腹痛。
用量 4.5~9克。



女贞子

性味功能 女贞子味甘、苦,性凉,有滋补肝肾、明目乌发的功能。
主治用法 女贞子用于治疗眩晕耳鸣、腰膝酸软、须发早白、目暗不明。
用量 6~12克。(摘自《中国本草彩色图鉴》)

学习中医 去洛阳市中医药学校

洛阳市中医药学校是国家中医药管理局确定的河南省具有中医专业招生资格的两所中等专业学校之一,为省级重点中专。国中医办人教发[2011]8号:“从2011年至2015年各省选择一两所省级以上重点学校举办中等医学专业招生,每所学校年招生规模控制在500人以内。”2014年,该校继续在全省范围招收中医学专业学生500名,学制3年,毕业颁发普通中专毕业证及就业报到证,可参加国家中医类别医师资格考试。全日制学习全部免交学费。

学中医,请速报名。报名时间:2014年7月10日~9月10日。年龄不限,学历不限,名额有限。最后2年,请把握机会。

学校地址:洛阳市嵩县城关镇北园经济开发区
邮箱:lyzyyxx@188.com
网址:www.lyzyyxx@188.com
招生专线:(0379)66301346
联系方式:13838823726 冉老师
13783181393 刘老师 13938866519 杨老师

第三期一分钟针灸减肥 火疗特色疗法培训班

一分钟,一根针,一次减肥1~4公斤!由河南省医学科学普及学会主办的第三期一分钟针灸减肥、火疗特色疗法培训班,将于2014年8月23-25日在郑州举办。

肥胖属于亚健康的一种突出表现。肥胖不仅影响形体美观,并且是高血压病、高血脂症、糖尿病、失眠、内分泌及代谢紊乱、困乏乏力、痛风、关节疼痛等病症的主要诱因。因此,很多疾病需要通过减肥才能达到很好的治疗效果。针灸疗法属于我国独有的传统疗法,通过针刺刺激和调理经络,激发脏腑功能和气血运行,依靠人体自身蕴含的平衡能量,让人体恢复到正常状态。针灸减肥不依靠药物,不抽脂,不埋线,操作时间一分钟,治疗成本一根针,针刺深度0.5厘米,一次减肥1~4公斤,是目前非常安全、有效、实用的减肥方法。培训现场有体重监测验证治疗效果,适合各级门诊引进推广。

针灸减肥的调理功能:
1.刺激调节神经中枢,恢复紊乱的神经系统和经络系统。
2.调节脾胃功能,增强脾胃的吸收运化以及肠道的蠕动和排泄能力。
3.消除水肿,清除毒素,紧致皮肤,滋润面色,消除眼袋。
4.降低血脂,消除多余脂肪,治疗“三高”症状效果明显。
5.改善睡眠质量,恢复人体活力。
培训时间:2014年8月23-25日,其中23日全天报到。
培训费用:3800元。免费培训火疗技术。
报到和培训地址:郑州市经五路中段河南省直二医院305室。在郑州火车站乘101路公交车到花园路口站下车,过天桥沿纬三路向西300米到经五路交叉路口左转100米路西即到。其他各站均有到花园路口公交车。
电话:15037197983 联系人:孟老师
(0371)65905026 QQ:442835059

医师提醒

夏季痛风多发

本报记者 杜海燕 杨须 通讯员 丁翠翠



炎炎夏日,很多人喜欢边喝啤酒,边吃海鲜和各种烧烤。河南省中医院健康体检中心主任刘永生提醒,这种不良的生活习惯会使痛风的风险大增。河南省中医院健康体检中心从前来参加体检的人群发现,近年来夏季痛风发病率呈上升趋势。

据刘永生介绍,痛风是由于长期嘌呤代谢障碍、血尿酸增高引起的,它会侵犯全身很多关节甚至肾脏,最终导致关节严重急性疼痛或者肾功能损害。据统计,我国普通人群痛风发病率约为1.14%。痛风受种族、饮食、饮酒、环境、职业和受教育程度等多种因素的影响,而饮酒是痛风发作的最重要诱因之一。酒中所含的乙醇会使体内尿酸增加,而尿酸会抑制肾小管对尿酸的排泄,乙醇还能促进嘌呤分解,从而直接使血尿酸升高。而高嘌呤的食物像海产品、动物内脏等也是引起痛风的关键因素之一。

从前来体检的人群中发现,血尿酸偏高者,男性多于女性。夏天,很多人喜欢啤酒与海鲜同吃,经常吃火锅,喜欢喝饮料,以至于无法控制自己的体重,这种生活习惯会加快痛风的发生发展。

刘永生提醒,要预防高尿酸血症,关键是要养成良好的生活习惯,在日常生活中,牛奶、酸奶、大米、面条、白菜、芹菜、冬瓜、马铃薯以及各种水果可以多吃;正值炎热夏季,要注意多喝水,以免因尿量减少,影响尿酸的排泄;如果患有痛风,请严格忌酒、忌海鲜、忌肥胖,一旦痛风发作,不宜运动,以免加重病情。

基层慢性心衰治疗策略

关注患者日常生活 基层医生应全方位关注慢性心力衰竭患者的日常生活,耐心说服患者选择易消化的食物,清淡饮食;同时根据水电解质水平确定食盐摄入量;适当应用通便药物,保持患者大便通畅;有证患者情绪稳定、精神放松,对因焦虑或抑郁导致睡眠障碍者,应适当给予镇静安神或抗焦虑、抑郁治疗。

掌握并发症处理原则 慢性心力衰竭患者合并各种类型的心律失常,最常见的有室性早搏、心房颤动、房性或室性心动过速等。室性早搏的处理,首先是针对心肌缺血等病因治疗,其次是纠正电解质失调。一般情况下,忌紧急应用Ic类药物。

抗心律失常药物控制室性早搏;出现心房颤动可以加重心力衰竭,因此,应积极控制心房颤动的心室率,房颤超过48小时须加用抗凝治疗,新发的阵发性房颤可以考虑复律治疗。对于房性或室性心动过速,应积极采取有效措施控制心动过速发作。常选用胺碘酮静脉滴注或静脉推注,并监测血压、呼吸、脉搏等生命体征,以免因心动过速导致血压下降,同时应积极进行原发病治疗。对于不具备完善抢救能力的基层医院,应积极启动安全有效的转诊流程,保证患者生命安全。

注重团队分工 慢性心力衰竭治疗是一个多角色团队合作的工作,基层医院和基层医生应在这个团队中扮演重要角色。由于慢性心力衰竭是不能治愈的常见病和多发病,其治疗目标是减少患者病死率和再住院率,提高患者的生活质量。慢性心力衰竭患者要经历很长时间的病痛折磨,需要医生对患者病情进行定期随访,以降低患者再住院率。除医生为患者开出医嘱和处理相关问题以外,包括护士、营养师、药剂师、运动指导专家和社会工作者都有责任帮助心力衰竭患者战胜躯体上的痛苦和心理上的无助感。因此,要重视慢性心力衰竭的团队合作治疗,以基层医生为主导的家庭医生式医疗服务模式在慢性心力衰竭治疗中很重要。(张兆国)

实用技术

中医治疗尿频

诊断要点 一、尿频、尿急、尿痛,或发热,或腰痛,或有血尿等。 二、尿常规检查可见白细胞增多。

中医证型 一、湿热下注。起病急,尿短赤,尿痛,尿液混浊,或伴发热、烦躁口渴,舌红、苔黄腻、脉滑数。 二、脾肾气虚。小便频数,淋漓不尽,疲乏无力,面色萎黄,纳呆便溏,舌淡有齿痕、苔白,脉细少力。

治疗方法 一、汤药 (一)湿热下注:八正散加减。篇蓄6克,瞿麦6克,炒栀子6克,车前子10克,滑石10克,泽泻3克,通草3克,淡竹叶3克,黄柏3克,甘草3克。 (二)脾肾气虚:补中益气汤加减。黄芪10克,山药10克,益智仁6克,当归6克,橘皮6克,柴胡6克,白术6克,乌药6克。 二、中成药 (一)湿热下注:尿感宁颗粒,每次1袋,每日2次。 (二)脾肾气虚:金匮肾气丸,每次10粒,每日2次。 三、药膳 用金樱子15克煎20分钟后去渣取汁,加梗米50克煮粥温服,每日服食两三次。

注意事项 一、多喝水,勤排尿,不穿开裆裤。 二、不要坐在地上玩耍,女童注意外阴卫生。(摘自《乡村中医实用技术》)

临床提示

儿童精神萎靡 可能是颅咽管瘤所致

本报讯(记者杜海燕)近日,5岁的楠楠在首都医科大学附属北京三博脑科医院做了颅咽管瘤切除术。术后,楠楠的饭量增加,精神状态转好。专家提醒,如果儿童出现头痛、呕吐或乏力倦怠、行动迟缓、食欲差等症状,一定要警惕颅咽管瘤。 两个月前,楠楠的妈妈发现一向活泼好动的女儿越来越不爱动了,和小朋友在一起玩打采、厌食,则是由于肿瘤侵犯或压迫视丘下部及垂体,导致内分泌功能紊乱所致。 钱海提醒,颅内压增高和内分泌功能紊乱是儿童颅咽管瘤的首要症状,如果儿童出现头痛、食欲差等症状,一定要警惕颅咽管瘤。



送医送药到基层 7月29日,许昌学院医学院(原许昌卫生学校)驻村工作队到张彩霞院长的带领下,来到高州市方山镇开展送医送药活动。 张建新 高秋珍/摄影报道