

警惕心源性猝死 把握急救“黄金4分钟”

本报记者 朱晓娟 通讯员 崔冰心

当生命突然按下停止键，留下的往往是无尽的惋惜与震惊。几天前，一位公众人物的离世牵动着无数网友的心，也使“如何避免发生心源性猝死”这一沉重的话题再次被提起。在扼腕叹息之余，我们应冷静下来，认真思考：面对突如其来的意外，真的束手无策吗？3月25日，河南省人民医院相关专家接受采访，为大家一一拆解隐藏在身体里的“不定

时炸弹”。
警惕心源性猝死
心源性猝死是指由心脏原因引起的、短时间内发生的自然死亡，其前身往往是急性心肌梗死等严重心脏事件。
猝死前，身体会发出信号，起初只是隐隐感觉胸口压榨性疼痛，甚至伴有肩背痛、牙痛、胃痛等看似与心脏不相关的症状。如果此时选择“扛一扛”，会导致病

情急剧恶化，酿成悲剧。河南省人民医院急诊内科病房主任赵香梅提醒，市民需要高度警惕以下猝死前可能出现的信号：
胸闷气短：突然出现胸闷不适，活动时心悸气短、烦躁不安，部分患者伴牙痛、胃痛且疼痛进行性加重。
夜间惊醒：晚上睡眠时突发心绞痛，常被剧烈的胸痛惊醒。
心绞痛频发：有劳力性心绞痛病史，近1个月频繁发作，甚至休息时也发作，持续时间延长，含服硝酸甘油效果不佳。
无明显诱因疼痛：在休息状态下无明显诱因发生心绞痛，症状越来越严重，或伴有不明原因的恶心、呕吐、出汗、心慌。

注意急救“四不做”
当疑似心源性猝死的高危症状出现时，患者及其家属的慌乱操作往往会加重病情。专家强调，在专业急救人员到达前，以下4种操作不可盲目实施：
不要独自前往医院。哪怕是轻微活动，也会加重心脏负荷。去医院途中的奔波、挂号检查时的折腾，都可能导致病情进一步恶化。一旦发生心脏骤停，若身边无人，很可能错失最佳抢救时机。
不要盲目喂水。让患者站起来或坐起来会加重心脏负荷。此时饮水一方面可能引发误吸，进而导致吸入性肺炎；另一方面，水分快速进入血液会进一步加重心脏负荷，甚至诱发恶性心律失常。
不要错误使用硝酸甘油。使用前务必测量血压。如果血压低于90/60毫米汞柱（1毫米汞柱=133.322帕），或明显低于平时血压，服用硝酸甘油会导致休克风险增加。
不要盲目进行心肺复苏。心肺复苏仅适用于呼吸心跳骤停的患者。如果患者仍有意识和心

跳，盲目按压反而会加重室速室颤风险，甚至导致肋骨骨折。
生死时速“黄金4分钟”
专家介绍，当心源性猝死发生时，患者往往表现为心脏骤停，此时“时间就是生命”。医学研究显示，心脏骤停后的“黄金4分钟”至关重要。在这短短的4分钟内，如果立即进行高质量的心肺复苏，成功率可能高达50%以上。每延迟一分钟，患者的生存率就可能降低10%。若超过10分钟，生存率几乎为零。
因此，对于心源性猝死高危人群，最危急的情况莫过于进展为心脏骤停。此时，现场的旁观者就是第一施救者。就地、及时进行胸外心脏按压和人工呼吸，是维持心脑血流、等待专业除颤设备到来的核心措施。及时、有效的院前急救，是衔接后续医院救治、决定患者能否生还的关键环节。

徐学功：以守正立心 以创新济世

本报记者 丁玲

在郑州市中医院，有一位深耕杏林三十载的“掌舵人”，他是患者眼中不开贵药只开对药的“徐大夫”，是患者心中严慈相济的“引路人”，更是中原中医界一张亮丽的名片——他就是徐学功。

从师承名家到自成一派，从临床一线到院管，徐学功诠释了“大医精诚”的时代内涵。

杏林问道：三十载磨一剑，从跟跑到领跑

徐学功的从医之路是一条不断“向上生长”的求索之路。身为中医内科学博士、北京中医药大学心血管专业博士后，他本可以在学术上“一览众山小”，但他选择将根深深扎进“临床的土壤”。

徐学功先后拜在全国名老中医冯明清、陈绍宏门下，后又成为中国工程院院士、国医大师王琦的入室弟子。站在巨人的肩膀上，徐学功并未止步于传承。在继承王琦院士“体质学说”时，徐学功结合临床实践，大胆创新，针对心血管病提出了“陈气学说”。这一理论直指慢性心力衰竭的本质，率先揭示了慢性心力衰竭“虚、瘀、毒”的病机演变规律。这不仅是学术上的突破，更为无数在生死边缘挣扎的心血管疾病患者打开了另一扇“生门”。

作为心血管病专家，徐学功擅长中医内科心血管方向、睡眠医学方向及中医疗未病临床和科研。他运用中医辨证和中西医结合的方法治疗常见病及疑难病，如睡眠障碍、冠心病、心律失常、心肌病、高血压、血脂异常等，疗效显著。

仁心仁术：“三十元的故事”与一生的信任

如果说学术成就是这座山的高度，医德就是这座山的根基。

在徐学功的门诊里，流传着一个“三十元的故事”。一位患高血压、心脏病的老人，经济条件不好，辗转多家医院求医，花了很多钱却效果不佳。当身上仅剩30元时，他抱着最后一线希望，找到了徐学功。看着老人窘迫的模样，徐学功没有说一句空泛的安慰，而是用最实在的行动给出了回应：只开了一项必不可少的心电图检查，其他多余的项目一概免去，最后为老人开了一周的药，总共花了10元。一周后，老人来复诊时紧紧地握住徐学功的手，眼眶泛红。原来，折磨老人许久的腿肿消退了，夜里终于能平躺安睡了。从此，这位老人成了徐学功忠实的“粉丝”。

“不让患者多花一分冤枉钱”，这句朴素的话，是徐学功的行医铁律。

在科研上，徐学功是严谨的探索者。他带领团队研发的“参兰颗粒”“降脂轻身胶囊”等院内制剂，成为无数慢性病患者福音。2021年，他荣获“河南省中医药杰出贡献奖”。

掌舵领航：打造有温度的现代化中医医院

作为郑州市中医院的“掌舵人”，徐学功的角色不仅是医生，更是战略家。

在徐学功的擘画下，郑州市中医院驶入了高质量发展的快车道：心内科、老年病科、肝胆脾胃病科成功获评河南省中医区域诊疗中心，医院也跻身省级中医类医学中心建设单位。河南省慢性病中医药转化工程技术研究中心、河南省中医药科学院老年病研究所等平台相继落户，为医院开展科研创新提供了硬核支撑。

通过实施“5+3”人才工程，徐学功着力培养一支结构合理、梯次分明的人才队伍，为郑州市中医院的未来储备力量。

徐学功倡导“读经典、做临床、跟名师”的中医人才培养模式，在院内推行“名医传承计划”，为每一位年轻医师指定指导老师，签订师承协议，定期考核跟师笔记和临证心得。在他的带领下，郑州市中医院已成为河南中医药大学研究生培养基地，每年培养硕士、博士研究生20余名，许多学生毕业后成为各地中医骨干。

在医院管理上，徐学功有着独特的“温度哲学”。他说：“医院高质量发展，最终是为了让百姓享受到高质量的医疗服务。”为此，他在全院推行“暖心服务”工程：在门诊大厅设立“一站式”服务中心，为患者提供导诊、咨询、便民设备借用等服务；推行“无假日医院”，解决上班族、学生族的就医难题；在病房开展“中医特色护理”，将艾灸、耳穴压豆等适宜技术送入病房，让患者在治疗中感受中医药文化的温度。

名医西行：让中原中医的种子在边疆生根

徐学功的目光没有局限于一城一院。2025年，他将“大医精诚”的种子播撒到了祖国边疆。

2025年9月，在新疆生产建设兵团第十三师红星医院（简称红星医院），一块红绸被揭了下来——“徐学功名医工作室”正式成立。这不是一次简单的挂牌，而是一座连接豫疆两地的健康桥梁。

依托郑州市中医院的国家级重点专科资源，该工作室通过专家驻点、远程会诊、技术培训等形式，帮助边疆医院打造一支“带不走”的中医人才队伍。

在得知当地维吾尔族群众对中医药接受度高但优质资源匮乏之后，徐学功当即决定：每年选派2名~3名骨干医师赴疆进行不少于3个月的驻点带教，同时接收红星医院医务人员来郑州免费进修。

2025年12月，“徐学功名医工作室”落地郑州市管城中医院，通过专家驻点、师承带教、联合科研等方式，推动优质中医药资源下沉，让群众就近享受优质的中医药服务。

从黄河之滨到天山脚下，从科研殿堂到基层医院，徐学功用一次次“走出去”，推动了中医药资源的均衡布局，也让中医惠及更多百姓。

在中医药发展的“黄金时代”，徐学功带领郑州市中医院，以一种“守正不守旧，创新不离根”的姿态，阔步向前，为健康中原、健康中国建设，贡献中医力量。



热点 聚焦



南阳市 举办健康科普技能竞赛决赛

本报讯（记者乔晓娜 通讯员郭倩）3月26日，由南阳市卫生健康委联合相关单位共同举办的第八届南阳市健康科普技能竞赛决赛顺利结束。经过激烈角逐，大赛共评选出一等奖2名，二等奖4名，三等奖6名及优秀奖10名。

本次决赛采用“理论答题+科普表演”双轨考核模式。经前期层层选拔，92部参赛作品中共有22部优秀作品晋级决赛。参赛选手大显身手，通过情景剧表演、主题演讲、创意动画演示等群众喜闻乐见的形式，将专业的医学知识转化为通俗易懂的科普内容，让健康科普真正“活”起来。其中，参赛作品《糖人必杀技》以诙谐幽默的方式科普糖尿病防治知识，破除认知误区；《口腔法庭：守护童牙大作战》创新采用法庭辩论的形式，寓教于乐，普及儿童口腔健康知识；《古今对话之白居易问医》以时空对话的形式阐释传统养生智慧；《拒绝“渣男式”消耗》紧扣社会热点，倡导关注心理健康。每部作品3分钟的精彩展示，尽显医务工作者深耕科普、创新表达的专业素养与责任担当。

据悉，南阳市健康科普技能竞赛成为全市极具影响力的健康品牌活动。此赛事不仅是医务工作者的竞技交流平台，更是健康科普人才的重要“孵化基地”，持续培育输送了一批批专业扎实、善于表达、有创造性的健康科普骨干，推出大量贴近群众、贴近生活的优质科普作品。

下一步，南阳市将持续搭建多元化健康科普平台，引导广大医务工作者走出诊室、走上讲台，推动健康知识走进千家万户，不断提升居民健康素养，为加快健康南阳建设提供坚实支撑。



3月24日，在淮滨县第二高级中学，医务人员开展八段锦健身功法现场教学活动。当天，淮滨县人民医院组织开展“健康进校园、进企业”系列主题活动。该院科普宣讲团先后走进淮滨县第二高级中学和河南省公路工程局淮滨项目部，为师生和企业员工送上精彩实用的健康“公开课”。
王明杰 熊丽/摄

周口：送健康暖民心 倡新风解民忧

本报讯（记者侯少飞 通讯员林雪柯）近日，周口市计划生育协会、周口市社工委联合会和周口市三川社工委服务中心组织志愿者，走进沈丘县白集镇查大庄村，开展“送健康进万家”志愿服务活动，将便民服务、健康关怀、婚育新风送到群众身边，用心用情服务基层百姓，助力乡村文明建设。

活动当天，在查大庄村文化广场，身穿红色马甲的志愿者们有序分工、热情服务，用接地气、贴心、暖心的实际行动，为村民们送上贴心的便民服务。志愿者们耐心细致地为村里的老人免费理发，让老人精神焕发；在健身指导区域，志愿者现场带领村民学习健身操，引导大家树立健康生活的良好观念，在轻松愉悦的氛围中让村民感受到温暖与关怀。

活动现场，丰富实用的志愿服务吸引了许多村民。现场秩序井然、温馨和谐。

活动期间，周口市计划生育协会工作人员面对面为村民宣讲新型婚育文化、生育支持等惠民政策，认真倾听村民心声，精准了解农村青年的婚嫁现实情况。在交流中，不少村民说出了烦心事：当前农村高价彩礼、盲目攀比、铺张浪费问题突出，结婚要求城区购房、购置车辆、置办“五金”，婚嫁成本极高。沉重的经济压力，让不少适龄男孩产生自卑心理。高价彩礼等问题成为阻碍农村青年婚嫁、影响家庭幸福的重要因素。

此次活动是周口市计划生育协会深入基层、服务群众，扎实推进健康乡村建设的务实举措，既打通了服务群众“最后一公里”，又聚焦群众急难愁盼，弘扬文明新风尚。

下一步，周口市计划生育协会将持续践行为民服务宗旨，联合公益组织常态化开展志愿服务，并聚焦农村高价彩礼等突出问题，联合多部门深化移风易俗工作，大力倡导简约文明婚嫁理念，坚决抵制高价彩礼、盲目攀比、铺张浪费等不良风气，积极传播新型婚育文化，以暖心服务惠及万家，以文明新风滋养乡村，切实为群众减负、为家庭排忧解难，不断提升群众的幸福感与满意度。

游客心脏骤停 命悬一线……

本报记者 张治平 通讯员 董雅桐

3月21日晚上，开封清明上河园景区灯火辉煌，游人如织。20时35分，红十字医疗志愿者、景区医务室医生、开封市中心医院妇产科医生刘莹正准备下班，突然接到景区保安通知：一名27岁的外地游客在景区鸳鸯桥突发心脏骤停。

职业敏感让刘莹瞬间警觉起来。凭借专业素养，根据保安描述的患者症状，她在电话中精准预判患者的病情。当得知现场有热心的游客为患者进行心肺复苏时，她指挥保安将AED（自动体外除颤器）快速送达现场。

抵达现场后，刘莹立即为这名游客实施规范心肺复苏。AED时35分，红十字医疗志愿者粘贴电极片，待机器完成心电图分析并提示需要除颤后，迅速完成首次除颤。在患者出现短暂反应后，她持续进行高质量心肺复苏，实施第二次除颤。最终，患者恢复了心跳和呼吸。

20时45分，120救护车抵达现场。医护人员迅速将患者抬上救护车，途中密切监测患者的生命体征。21时19分，救护车驶入开封市中心医院。患者被送入急诊抢救室后，主管护师申依弘带领护

理团队迅速行动：迅速连接心电图监护仪监测生命体征，为患者开通吸氧通路，将除颤仪移至床旁处于备用状态，及时完成心电图检查并留存结果。

主任医师谢杰、副主任医师郑志刚团队快速明确诊断，结合患者的扩张型心肌病病史，第一时间启动ECMO（体外膜肺氧合）应急小组，为实施体外心肺复苏做好准备。

21时37分，患者再次突发意识丧失，心电图监护仪显示心室颤动。医护团队立即除颤，并持续进行胸外心脏按压。半分钟后，患者恢复窦性心律，神志转清。

21时46分，患者的心率飙升至160次/分，血压骤降，出现室性心动过速，血流动力学不稳，情况危急。医生贺东坡精准实施同步双相150焦耳电复律操作。患者的心律即刻转为窦性心律，生命体征趋于平稳。

22时03分，患者频发室性早搏。主治医师孙鑫与胸中心主治医师白子杰紧急会诊后，果断给予抗心律失常药物。在医护团队的全力守护下，患者的生命体征趋于稳定。

3月，刘莹接替开封市中心医院消化内科医生朱大艳，承担清明上河园景区急救站的医疗保障

工作。刘莹全身心投入工作，用专业和爱心守护着每一位游客的健康。

自2024年开封市中心医院入驻清明上河园急救站以来，该院按照“三甲”医院标准，为这家5A级景区持续优化景区急救标准化流程，做好医疗保障工作。该院配备“一医一护”专业团队，完善急救箱等硬件设施，只要游客需要帮助，就能迅速响应。

开封市中心医院在助力开封“文旅+”建设的过程中，持续完善服务流程，从每一个细节入手，默默守护游客的安全和健康。