

急性呼吸道疾病、急性消化道疾病、心脑血管疾病、酒精中毒、创伤疼痛

春节假期期间 这5类“急诊病”最常见

■作者:盐湖区人民医院急诊科主治医师 白雪

■学术审核:盐湖区人民医院急诊科副主任医师 周江

春节放假,少不了要吃喝玩乐,很多人光顾着过节而忽视了健康,实际上春节是不少疾病的高发期,诸如像急性呼吸道疾病、急性胃肠道疾病、心

脑血管疾病、酒精中毒、创伤疼痛等发生要比平常高出一倍,下面为大家总结了春节期间急诊常见的五大类急症及其应对措施。

【急性呼吸道疾病】

随着春节脚步的临近,大量在外务工人员返乡、学子返乡,天南海北的人群流动和聚集性活动增多,再加上近日部分地区出现大范围持续低温雨雪冰冻天气,呼吸道疾病感染风险加大。

主要症状:

根据我国流行病学调查显示,流感仍是当前呼吸道疾病的主要病原体。轻症表现为发热、流涕、咳嗽、咽痛、头痛、肌肉关节酸痛等;重症则可出现持续高热超过3天,剧烈咳嗽、咳脓痰、血痰或胸痛,呼吸增快、气短,严重者出现呕吐、腹泻,伴有肺炎、脱水、精神差,不能进食、反应迟钝等病情加重的表现。

应对措施:

①有出行计划的公众出行前密切关注传染病疫情动态和相关部门发布的防控信息,合理安排行程;②乘坐公共交通或前往人员密集的公共场所,科学佩戴口罩,及时洗手、消毒,做好手卫生;③做好健康监测,若出现上述轻症,暂缓出行,以休息为主,多喝水,早期可口服抗病毒药物;如果体温升高在38摄氏度左右,可对症退热,给予物理降温或口服布洛芬。如果持续发热超过3天,体温超过38.5摄氏度,或出现上述重症的任何一项表现,均应及时就医;④规律作息,均衡饮食,适量运动,提高自身免疫力。

【急性消化道疾病】

春节假期,很多家庭的生活规律被彻底打乱,走亲访友、聚餐游玩、吃饭变得没有规律,胃肠功能被严重削弱;根据中国的传统风俗,长辈们喜欢在春节前制作各种肉食成品储存在冰箱,以供节日期间家人们享用,如果熟食储存不当易滋生细菌或变质,进食后易出现急性胃肠炎或食物中毒;家人团聚、美味佳肴,免不了饱餐、饮酒、进食大量油腻食物,胆囊炎也乘虚而入。

主要症状:

肠胃炎可出现腹泻、腹痛、恶心、呕吐,或伴发热,严重者可出现脱水、休克;急性胆囊炎表现为饭后出现右上腹部或剑突下阵发性绞痛,可向右肩、后背部放射,有时可伴恶心呕吐、发热等症状。

应对措施:

胃肠道疾病一般发病较急,轻者通过卧床休息、多喝水,清淡饮食,可口服葡萄糖电解质液或是冲兑糖

盐水使病情得到缓解。如果持续腹痛、呕吐或是腹泻严重,甚至出现口渴、皮肤干燥、排尿次数减少等脱水征象时,应尽早就医。

【心脑血管疾病】

春节期间,全家团圆,亲朋相聚,过度的兴奋和激动会刺激交感神经末梢和肾上腺髓质分泌增多,使血压飙升,心率加快,心肌耗氧量增加,容易诱发心脑血管急症,甚至造成猝死。

症状:

出现胸闷、胸憋,左侧肩背部抽痛、颈部紧缩感等不适,严重者可伴大汗,面色铁青,要当心发生心绞痛或急性心肌梗死;如果出现头痛加重、一侧口角歪斜、言语不清、流涎或一侧肢体活动不灵活等症状,要当心脑出血或脑梗死的发生。

应对措施:

①遇到胸闷胸憋这种情况,可给予硝酸甘油1片~2片舌下含服,平躺勿动,保持舒适体位,家属立即拨打120,送就近有胸痛中心的医院进行治疗。心脏病发病时间快,抢救争分夺秒。如果在等待的过程中患者突然抽搐、意识丧失,判断其呼吸心跳停止,应立即就地抢救,胸外心脏按压和人工呼吸,尽早给予电除颤。②遇到头痛、偏瘫这些情况,我们不要盲目搬动患者,可以将其平卧,打开衣领扣子,有条件的家属先给患者测量血压,脑出血时患者血压要比平时高,如果血压大于180/110mmHg,家里有降压药可先口服一粒,将患者头部偏向一侧防止呕吐引起误吸,可用冰袋或冷水毛巾敷在患者额头,减少出血和减低颅内压;立即拨打120急救,转运至有卒中中心的医院完善头颅CT检查,明确诊断,进一步治疗。

【酒精中毒】

亲友相聚少不了推杯换盏,而不加节制地饮酒则很可能引起酒精中毒。每年春节期间,医院急诊室都会有不少人因酒精中毒来治疗,因酒精中毒而发生窒息、冻死或颅脑损伤等意外事件也屡见不鲜。

主要症状:

酒精中毒者除了有呕吐现象外,在

神经兴奋期时还会有话多、言语不清、动作笨拙等表现。当中毒者进入昏睡期后,一般表现为颜面苍白、口唇微紫、皮肤湿冷、体温下降、瞳孔扩大、脉搏快、呼吸缓慢有鼾声。

应对措施:

对于个人而言,做到不劝酒、不斗酒、不酗酒;对于亲戚朋友们来说,聚餐后一定要将醉酒者安全护送至家中,交予家人或朋友照看,冬季夜晚气温寒冷,防止醉酒者在户外入睡发生冻死事件或者跌倒摔伤磕住头部,引起颅脑损伤;若醉酒者出现呕吐,应立即将其置于稳定性侧卧位,防止呕吐物倒流误吸入肺部或气道内引起窒息;对于酒精中毒已陷入昏睡乃至昏迷者,应确保其呼吸道通畅,及时送医院救治。我们在急诊碰到过很多例因为饮酒后摔伤出现颅脑损伤,开始患者烦躁意识不清,家属以为是酒精的作用,过了一天家发现患者仍叫不醒,这才送来就医,错过了最佳治疗时机。

【创伤疼痛】

春节假期,大家访友探亲、外出游玩,发生意外的概率也随之增多,根据近几年的数据统计,春节假期急诊的外伤患者比平日要多出一倍,占每日急诊就诊量一半以上。

主要症状:

外伤后上肢或下肢出现疼痛伴局部肿胀、畸形、活动障碍,应高度怀疑骨折。老年人摔伤后易出现腰背部疼痛,大腿根部疼痛,提防腰椎骨折和股骨颈骨折。

应对措施:

出现上述症状,首先停止活动,避免二次损伤;其次止血,用干净的纱布来包扎伤口,如果骨折端外露,千万不要自行处理,以免皮肤遭受污染;伤肢固定,就地取材,利用木板、纸箱等物品进行支撑、固定伤骨。同时拨打120,及时就医。老年人摔伤后如果出现腰部疼痛和腿根部疼痛,要提防腰椎骨折和股骨颈骨折,应卧床休息,等待120担架车护送至医院。

我市15家 基层医疗卫生机构 获国家级表扬

运城晚报讯(记者 景冬波)2月6日,从运城市卫健委传来好消息,盐湖区西城办事处社区卫生服务中心、盐湖区冯村乡卫生院等我市15家基层医疗卫生机构获国家卫健委、国家中医药局通报表扬。

近日,国家卫健委、国家中医药局联合下发了《关于对2023年度“优质服务基层行”活动表现突出优质服务机构予以通报表扬的通知》,我市盐湖区西城办事处社区卫生服务中心、盐湖区冯村乡卫生院、盐湖区安邑办事处社区卫生服务中心、盐湖区泓芝驿镇卫生院、盐湖区陶村镇卫生院、河津市赵家庄街道社区卫生服务中心、临猗县七级镇卫生院、临猗县北辛中心卫生院、临猗县楚侯乡卫生院、新绛县泽掌镇卫生院、新绛县万安镇卫生院、绛县南樊镇中心卫生院、垣曲县蒲掌乡中心卫生院、夏县水头镇中心卫生院、芮城县大王镇卫生院15家基层医疗卫生机构达到“优质服务基层行”推荐标准,受到国家卫生健康委、国家中医药局通报表扬。

近年来,我市坚持“以人民为中心”,不断提升基层服务能力和服务质量,持续筑牢基层医疗卫生服务网底,截至目前,全市累计有64家基层医疗卫生机构达到“优质服务基层行”推荐标准,达标率41%。下一步,我市将继续深入开展“优质服务基层行”活动,立足提供全周期全方位的基本医疗卫生服务,持续提升服务能力,不断提高服务质量,为建设健康运城作出新的更大贡献。

国家卫健委给我市 发来3封感谢信

运城晚报讯(记者 景冬波)近日,国家卫健委体改司向万荣县卫体局发来感谢信!国家卫健委项目监管中心向盐湖区、万荣县卫体局发来感谢信!3封感谢信,都是感谢万荣县、盐湖区卫体局认真实施中国-世卫组织双年度医改试点项目。

万荣县卫体局以“创、融、智、用”为抓手,精准对接人民群众日益增长的健康需求,不断完善优质高效医疗服务体系。“两慢病”全周期精细化管理现场会、中国-世卫组织双年度医改试点项目第四次专题技术活动两个国家级会议相继在万荣县举办,“五小”健康促进行动案例在项目总结会上发言,收入2023年度国家卫健委《基层卫生综合改革典型案例》,“五小”和慢病“五色分类分级分层”案例被录入项目试点案例,在世界卫生组织西太区进行推广。

盐湖区卫体局积极承接世界卫生组织构建优质高效医疗服务体系,落实《面向未来》愿景,实现全民健康覆盖试点项目。3年来,党委政府高位推动,部门协作联动,通过统筹推进医疗服务体系建设,深化人事制度改革,探索按人头打包付费模式,构建“防筛治康管”慢病防治新模式,强化信息化支撑,推动中西医深度融合,开展“幸福呼吸”工程等多项措施,牵头医院医疗服务能力显著提升,连续两年在国家二级公立医院绩效考核中,成绩均高于同期同类医院平均水平;优质资源不断下沉,分级诊疗有序形成,基层医疗服务能力得到有效提升,累计开展新技术、新项目130项,初步构建起具有盐湖特色的优质高效整合型医疗服务体系。