

# 一水电工在东关中街突发猝死

医护人员跪地20分钟心肺复苏，院内电除颤9次，终于挽回生命



YMG全媒体记者 林媛 通讯员 栾秀玲 摄影报道

9日，在芝罘区东关中街，一水电工突发猝死，头部夹在两辆电动车中间。烟台山医院北院急诊科救护车到达时，患者呼吸心跳骤停。经过急诊科医生院前院内的联合抢救，电除颤9次，终于挽回生命。目前，该患者在重症监护病房，生命体征平稳，病情明显好转。

## 院前急救：跪地20分钟心肺复苏恢复心跳

当天中午11:10，烟台山医院北院区急诊科接到120指挥中心指示：东关中街有人晕倒。急诊外科医生赵万忠、护士魏丹丹立即跳上救护车奔向现场。

11:16，救护车到达东关中街。“患者卧倒在两辆电动车中间，脖子卡在马路牙子上。”魏丹丹告诉记者。

赵万忠赶紧上前，和路人一起将患者抬了出来。“患者体温明显较高，呼吸、心跳骤停大约已经20分钟，瞳孔散大，无任何反射。”赵万忠说。

赵万忠立即跪地进行心肺复苏，开始紧急抢救。魏丹丹在一旁接通心电监护仪，为患者置入喉罩，连接车载呼吸机辅助呼吸，开通静脉通路，

每3-5分钟静脉推注强心药物肾上腺素。赵万忠一边做心肺复苏，一边观察心电监护。心电监护最初是一条直线，毫无生命迹象，在按压至10多分钟时，心电监护仪出现室颤，“出现室颤，就说明患者心跳有望恢复！心肺复苏是绝对管用的！”

立即进行电除颤！1次、2次、3次、4次！“我们当时在现场抢救大概有20分钟，为患者电除颤4次，直到他的心跳比较稳定了，我们才赶紧把他抬上救护车，运回了医院。”

抢救期间，魏丹丹拨打110电话，请求帮助查找患者身份信息，联系家属，并通知院内开通绿色通道。



## 院内抢救：电除颤9次挽回生命

11:34，救护车到达医院。绿色通道已经开启，急诊科主任柳海滨、护士长刁春梅全部在门口等候。11:35，患者进入抢救室。

柳海滨立即组织抢救，安排护士徐昆马上进行高级气道管理：气管插管，连接呼吸机调整好模式和参数；护士魏丹丹抽血化验查找病因；急诊内科医师李珊珊、王翔、护士车淑环、陶伟芳等医护人员立即各负其责，协助抢救。

11:40，患者突然再次心

跳骤停，心电监护显示室颤。李珊珊立即除颤，人工心肺复苏机持续按压。动脉血气分析结果提示患者系低钾、严重酸中毒，乳酸明显增高，病情非常严重。柳海滨立即指挥开通骨髓腔内快速输液，补钾纠酸，给予胺碘酮静脉推注、艾司洛尔持续泵入稳定患者的心电活动。

时间一分一秒地过去，每2分钟评估、每3-5分钟注射肾上腺素等强心药物、反复电除颤9次，经过25分钟的大抢救，12:05患者的

心跳终于恢复，有自主呼吸，瞳孔回缩，出现对光反射，脉搏氧饱和度100%，监测血压正常！

车淑环、王翔、陶伟芳等值班医护也积极参与抢救，协助监护、给药、脑保护，导尿、插胃管，复查心电图，抽血化验等。

经过复苏后的综合治疗，患者病情逐步稳定。重症监护病房付宝才主任会诊，完善头胸腹等CT检查，没有明显脑出血等严重创伤。12:28患者被转出抢救室，转送到重症

监护病房进行诊治。截至目前，患者生命体征稳定，病情明显好转。

“患者复苏成功后三次心电图均没有明显心肌梗死表现，心肌标志物肌钙蛋白正常，有发热、严重低钾血症。综合分析患者的猝死，可能跟高温大量出汗、引起电解质紊乱、出现严重低钾血症有关。”柳海滨说。



## 急诊故事

# 立秋养生指南请查收

立秋是秋季的第一个节气，表示暑去凉来、秋天开始之意。我们都知道，养生要遵

循春生夏长、秋收冬藏的规律，那么立秋后在养生方面要注意哪些呢？

衣——早晚添衣、睡觉盖被。“春捂秋冻”是针对特定人群而说的。身体虚弱、患心血管、高血压等疾病的患者一定要注意早晚添加适当的衣物。夏季温度高，很多人习惯了把空调温度开得很低，睡觉也不盖被子，但在立秋之后，昼夜温差大，晚上睡觉要记得盖上被子，以免着凉。

食——不吃凉食、少辛增酸。夏季的温度高，吃凉食对身体不会有太大的影响，但是立秋后就不一样了，温度会下降，吃过冷的食物，容易刺激肠胃，导致寒气入体，有害健康，尽量少吃。辛味发

散泻肺，酸味收敛肺气，秋天肺气宜收不宜散，因此要少吃葱、姜、蒜、韭菜、辣椒等辛辣食物，多吃橘子、柠檬、葡萄、苹果、石榴、杨梅、柚子等酸味水果。

住——早睡早起、慎用空调。立秋后，自然界的阳气开始收敛、沉降，人应开始做好保养阳气的准备。在起居上应做到“早卧早起，与鸡俱兴”。早睡可以顺应阳气的收敛，早起可使肺气得以舒展，且防收敛太过。一般来说，秋季以晚9~10点入睡、早晨5~6点起床为宜。立秋后虽然暑热未尽，但昼夜温差逐渐加大，往往是白天酷热、夜间凉爽。如在晚上睡觉时使用空调，容易使人出

现身热头痛、关节酸痛、腹痛、腹泻等症状。

行——适当运动、劳逸结合。立秋以后，天气渐渐转凉，清晨不宜一起床就穿着单衣到户外去活动，而要给身体一个适应的时间，注意运动强度不可太大，最好一点点增加运动量，运动的同时注意补充水分。中老年朋友可根据自己的体质和爱好，选择行走、慢跑、爬山、球类等比较适合在秋季进行的运动。秋季天干物燥，一旦劳累过度，容易诱发呼吸系统疾病。做好预防，应注意劳逸结合，适当多参加体育锻炼，增强自身免疫力，保持充足睡眠，积极防治感冒等呼吸道疾病。

本报综合



## 防晒喷雾别对脸乱喷

日前，20岁的长沙小伙在外出前使用防晒喷雾，对着面部喷洒时一不小心误吸，随即出现胸闷、咳嗽的症状，并查出“白肺”。据了解，吸入有害物质如粉尘、喷雾等，也可导致肺部出现大范围白色样病变。

### 防晒喷雾如何正确使用？

选用温和无刺激、适合自己肤质的产品。如果对酒精不耐受，不要选用含有酒精的防晒喷雾。因个人肤质不同，首次使用前可以把少量防晒喷雾涂抹在耳后、肘关节内侧等部位进行皮试，保持24至72小时，确定无不适反应以后再进行使用。

使用防晒喷雾时主要喷洒在身体部位，使用时与皮肤至少保持15至20厘米的距离。使用于面部和颈部时，请先喷洒在手上，然后用手均匀涂抹。若不慎入眼，要立即用水清洗；如有不适要暂停使用。

不要在肌肤伤口、红肿或湿疹等有异常的部位使用防晒喷雾。不要在卫生间、车内等狭小密闭不通风空间内使用，喷洒时要注意通风，使用时紧闭口鼻，勿刻意吸气，以免吸入喷雾。

应放在儿童接触不到的地方，儿童应在成人监护下使用防晒喷雾。建议给儿童选择配方温和、标识有儿童化妆品标志“小金盾”的防晒产品。

防晒喷雾中通常含有易燃物质，请存放在阴凉干燥通风环境中，避免阳光直晒。使用时应远离火源、热源、静电，不得撞击产品，不得将产品或使用完的空罐刺穿或投入火中。

本报综合

## 无花果营养多多

无花果含糖量高但热量不高。新鲜无花果的含糖量可以达到16%~20%，比芒果、葡萄、甜瓜等甜度很高的水果含糖量都高。无花果的热量倒不算太高，65千卡/100克的热量和猕猴桃(61千卡/100克)相当。即便是想要控制体重的朋友，也可以安心吃一些。

无花果还有一个突出的优势，那就是膳食纤维含量很高，是促进肠道蠕动、改善便秘的隐藏高手。膳食纤维含量达到了惊人的3克/100克，不仅比香蕉(1.2克/100克)高很多，甚至比火龙果(1.6克/100克)、猕猴桃(2.6克/100克)的膳食纤维含量都要高。

无花果中的钙、钾和硒元素含量也比较高。鲜无花果钙含量为67毫克/100克，在水果当中算是含量较高的选手了；钾含量为212毫克/100克；硒含量达到0.67微克/100克。

研究还发现，无花果中含有大量无花果多糖以及黄酮类植物化学物，具有一定的抗肿瘤、提高免疫力的效果；而黄酮类物质则能够帮助抗氧化、抗炎，提高身体细胞对抗氧化和衰老的能力，降低身体发生炎症反应的风险。

本报综合