

紧急情况下该如何反应

- 主题概述
- 对于糖尿病
- 糖尿病：低血糖
- 中风
- 心脏病
- 参考

主题概述



您可能曾经遇到过某人在工作中，家里或社区中患有突发疾病。如果发生这种情况，除了拨打“999”，您知道该给予什么样的援助来保留他/她的生命，或至少防止病情变得更糟，直到医疗保健提供者来施予他/她治疗？ 本文将为您提供帮助您了解在紧急情况下可以做什么。

对于糖尿病



高血压危机（或高血压危象）的发生是由于血压在短时间内快速上升超过180/120 mmHg而失控。这可能会损害全身的血管，并影响许多人体系统，导致严重的后果。

症状



高血压危机通常是无症状；然而，如果发生症状，他们可能包括：

- 头晕目眩
- 眩晕
- 严重头痛
- 严重胸口疼痛
- 呼吸急促
- 恶心和呕吐
- 耳朵有似铃响或嗡嗡声
- 昏厥发作
- 癫痫发作
- 严重焦虑
- 丧失意识

您可以如何协助



- 安抚病人并联络医疗帮助
- 让患者躺下来休息
- 尝试安慰和减轻焦虑
- 继续监测呼吸、脉率、血压、意识水平以及任何其它危险标志
- 不要让病人走动，必要时陪伴他/她。注意跌倒。
- 如果患者呕吐或癫痫发作，请将他/她翻转至侧卧位，以防止意外吸入呕吐的食物颗粒或液体进入肺部
- 如果患者抱怨呼吸困难，请在上背部使用枕头支撑他/她
- 如果怀疑中风，不要喂食任何东西
- 避免含咖啡因或含酒精的饮料
- 寻找高血压危机的可能原因（例如，错过服用血压的药物或中风）。如果病人是已被证实的高血压患者，而他/她已经错过了该服的药物，请拨打电话咨询医生，并在医生的指导下，喂患者一剂量的药物。
- 如呼吸不顺，请进行口对口呼吸（心肺复苏术[CPR]）

糖尿病：低血糖



尽管糖尿病患者血糖控制得再好，但有时他/她的血糖可能会降至低于正常水平正常水平。这种状况称为低血糖症。如果发生这种情况，他/她需要紧急急救。

症状



- 极度疲倦
- 失去集中力
- 严重口渴
- 腹痛
- 恶心或呕吐
- 眩晕和失去协调
- 不稳定的或议论性的行为
- 容易失去意识
- 持续性的头痛
- 脸色苍白或汗湿的皮肤

您可以如何帮忙



- **如失去意识：**将患者置于复苏体位(图)，并联络救护车。不要给他/她吃或喝任何东西
- **如果意识存在：**给病人食用一个甜的饮料，巧克力或含葡萄糖的糖果。当患者比较清醒时，您可以提供更多的碳水化合物食物（例如三明治或几个甜饼干），并劝告他/她去就医。

不要试图给予患者一剂量的胰岛素，因为这可能是危险的！

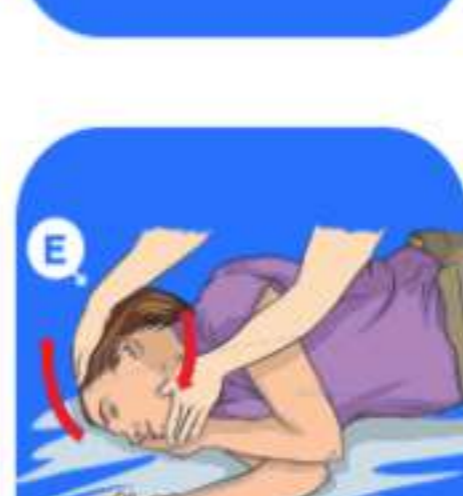
图：在紧急情况下将一名平躺的人置于复苏体位



- A. 确保您跪在那个躺着在地上的人旁边
- B. 将最靠近您的那个人的手臂行成直角放到他的身旁，并将他/她的手掌朝上
- C. 拿他的另一只手臂放在他的胸前，并使得他手的背部与他/她最近的脸颊相对，然后停放在那里



- D. 用另一只手抬起他较远的膝盖直到他/她的脚板平放在地上。小心地提起弯曲的膝盖并于您的方向给翻过来



- E. 通过轻轻地后仰他/她的头部并抬起下巴，以便打开他的气道



- F. 他现在应该处于一个手臂支撑他/她的头和弯曲的腿在地板上的位置，并且气道也被开放

中风



当血液流向大脑区域被切断时，由于血管中的血块阻碍血液流进脑组织，就会发生中风。

症状



- 身体的一侧刺痛，虚弱或麻木
- 面部肌肉的张力丧失，一侧下垂
- 模糊或双重视力
- 恶心
- 失去膀胱或排便控制
- 失语或发出无意义的声音
- 失去平衡和协调
- 意识状态恶化或无意识状态
- 头痛

缩写FAST也可用于帮助您识别遇到中风的人

您可以如何帮忙



- **如果部分或完全无意识但正常呼吸：**将患者置于复苏体位(图)，并立即召唤救护车
- **如果有意识：**将患者置于最舒适的位置，并给他盖好以减少热量散失

直到救护车到达前，密切地观察病人病情的变化

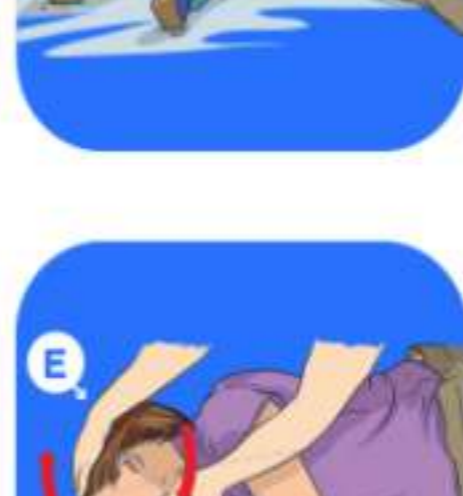
图：在紧急情况下，将一名躺在自己身后的人置于恢复位置³



- A. 确保您跪在那个躺着在地上的人旁边
- B. 将最靠近您的那个人的手臂行成直角放到他的身旁，并将他/她的手掌朝上
- C. 拿他的另一只手臂放在他的胸前，并使得他手的背部与他/她最近的脸颊相对，然后停放在那里



- D. 用另一只手抬起他较远的膝盖直到他/她的脚板平放在地上。小心地提起弯曲的膝盖并于您的方向给翻过来。



- E. 通过轻轻地后仰他/她的头部并抬起下巴，以便打开他的气道



- F. 他现在应该处于一个手臂支撑他/她的头和弯曲的腿在地板上的位置，并且气道也被开放

心脏病



当携带氧气到心脏的血流被阻碍时，心脏病会发作。最后，心脏肌肉会因为缺氧而开始死亡。

症状



- 精神状态发生变化，特别是老年人
- 感觉像重压力，挤压或饱胀的胸口疼痛（通常在胸部中央；也可能在下颌、肩膀、胳膊背部和胃部感觉到；可持续超过几分钟或反反复复）
- 冒冷汗
- 头晕目眩
- 恶心
- 手臂麻木、疼痛或刺痛
- 呼吸急促
- 虚弱或疲劳

您可以如何协助



- 让病人坐下来休息，尽量保持冷静
- 松开任何紧身衣服
- 询问患者是否有服用任何胸口疼痛的药物，并协助他/她服用
- 如果休息后，服用后疼痛没有好转，或者如果他/她失去意识和反应，请召唤救护车
- 必要时，进行心肺复苏术（CPR）

参考

1. First Aid Saskatoon. First aid management of hypertensive crisis. Available at <http://firstaidsaskatoon.ca/first-aid-management-of-hypertensive-crisis/>. Accessed 19 September, 2019.
2. St John. Diabetes. Available at <http://www.stjohn.org.nz/first-aid/first-aid-library/diabetes/>. Accessed 19 September, 2019.
3. St John Ambulance. The recovery position. Available at <http://www.sja.org.uk/sja/first-aid-advice/first-aid-techniques/the-recovery-position.aspx>. Accessed 19 September, 2019.
4. St John. Stroke. Available at <http://www.stjohn.org.nz/first-aid/first-aid-library/stroke/>. Accessed 19 September, 2019.
5. MedlinePlus. Heart attack first aid. Available at <https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000063.htm>. Accessed 19 September, 2019.