

第一时间应该联系谁

李旭琴和大连120急救人员告诉记者,第一时间联系家人和朋友是最大的误区,这也是医护人员在日常接诊过程中最常遇到的耽误时间的“重灾区”。医护人员常见到很多脑梗患者,因第一时间本能地向亲友寻求帮助,没有及时拨打120送往医院,而错过了黄金3.5小时的救治时间,更别提来势汹汹、甚至几分钟就能致命的脑出血了。

等待救援期间该做啥

网友“卡卡 Prancil”在通话呼救时,说话已连不成句,症状描述得也不清楚,还起身去拿了医保卡等物品,这个过程,也不建议借鉴。李旭琴强调,只有少数患者和该网友一样,为小血管破裂,症状较轻,仍可保持意识清醒。多数人为大血管破裂,理论上在发病后,是不允许自行走动或被随意搬动的。因为紧张害怕的情绪和任何活动,都有可能加剧出血情况的发生。无论在哪儿发病都应该保持平躺,等待救援。

李旭琴介绍,脑出血不像突发心梗时可以采取含服硝酸甘油等自救措施。脑出血发病快,能采取的自救措施不多。但是,患者如果出现呕吐等症状,一定要将头偏向一侧,以免将呕吐物误吸进入气道呛到自己。

延伸

独自就医不挂号
就没人管?

在到达医院急诊后,网友“卡卡 Prancil”说在他表示“家人和朋友正在赶来的路上,目前一个人”后,护士说“谁帮你挂号买病历?你先拿个呕吐袋在这里休息一下”,然后他就被放在角落默默等着。对此,很多网友都不淡定了。

而记者了解到,对于该网友遭遇的“被放在一边没人管”的境况,在大连各大医院急诊均不会出现类似情况。李旭琴介绍,一般患者在120转运途中就会接受到救治及监护,在被送往医院急诊后,即使患者还没有挂号,医护人员也会第一时间予以救治。在大连独自打拼的年轻人不必惊慌。
记者霍然

9月11日晚,一篇微博长文火了。网友“卡卡 Prancil”讲述了自己长期熬夜、缺乏运动,突发脑出血后自行就医的可怕经历。相似的生活方式戳中了广大熬夜青年的内心,独自就医的无助感也瞬间引发了网友强烈共鸣。记者在采访中了解到,近年来,随着高血压、糖尿病等疾病的年轻化,心脑血管疾病也越来越多地发生在年轻人身上。医生表示,脑出血是一种死亡率很高的疾病,网友经历令人心惊,自救方式也有不可取之处,还需留心。

资料片合成

熬夜就是找病
年轻人脑出血主因“不规律”

现状分析 年轻人高血压脑出血增加不少

长期熬夜,缺乏运动,血管太脆了没有弹性……“卡卡 Prancil”表示,自己没有任何预兆地突发脑出血,看得“熬夜党”直冒冷汗。带着满心忐忑,记者向大连市中心医院神经外科主任李旭琴讨要“定心丸”。

李旭琴很明确地告诉记者,熬夜的后果仿佛悬

在大多数人头上的利剑,不知道什么时候会落下,一定要遵循健康的生活方式。从最近几年接诊情况来看,年轻人中脑出血患者的数量有明显增加。又一种“老年病”呈现了年轻化趋势。

虽然在脑卒中中,脑出血与脑梗相比仍然占少

数。但在年轻人脑出血中,除去先天的血管畸形、家族史因素所致的,剩下的不少都是伴随高血压、糖尿病的年轻化,而出现的。用力过猛、气候变化、不良嗜好、情绪激动、过度劳累都为诱发因素。如今,年轻人除忙于高压力的工作外,

还要拓展社交关系,喝酒应酬一点儿不比中年人少。再加上长年累月缺少体育锻炼、暴饮暴食、缺少睡眠等无规律生活及不良生活习惯,导致血压、血糖、血脂逐步升高,甚至不到30岁就高血压、糖尿病、动脉硬化了。而这些就是脑动脉瘤形成的基础。

事件回放 第四个电话他才打给120

据网友“卡卡 Prancil”描述,他在发病后第一时间给住在附近的同事打电话,开口说话发现自己已经话不成句。同事称在外面,没法第一时间过来。

接着,“卡卡 Prancil”给朋友A打电话,因为症状表述不清,朋友A以为他是肠胃炎犯了,让他和朋友B先联系。之后,“卡卡 Prancil”又联系了朋友B,

朋友B让他赶紧打120。第四个电话,“卡卡 Prancil”终于拨打了120。而此时,他的体力仅仅够说出地址。大约10分钟后,120来了,他则在这10分钟

里,把医保卡、身份证、银行卡,还有手机充电器、充电宝等可能需要用到的物品都整理在包里,然后把汗湿的上衣换掉等待救援。

大连“醉”美海滩
私藏在大学校园里

这是一个秋日的清晨,位于旅顺南路的塔河湾,海面一片通透。酣睡了一个长夜的大海从乌蓝的晨光中苏醒过来。随着天际渐渐亮起,海天慢慢一片绯红,一群候鸟从远处黛色的山峦和海天之间徐徐飞过……转眼之间,一轮红日从海面上喷薄而出,气势磅礴——海上日出的雄壮之美让我深深迷恋。说来你一定相信,这么美的大海日出就在大连医科大学的校园里。

大连医科大学拥有1.5公里的自然海岸线,是一所拥有碧海蓝天和独立海岸,校园与自然生态融合,建筑与医学人文相统一的美丽校园。大连到旅顺的直达巴士专门在这里设了一站叫学苑站,大连地铁12号线可以抵达这里,到这里看大海日出,交通不是问题。当然,夏秋时节日出一般比较早,建议你就在塔河湾住上一晚。

悄悄告诉你,旁边是旅顺口著名的海鲜一条街——一顿海鲜盛宴大快朵颐之后,不妨就地找个快捷酒店住下,再等一场“醉”美的海上日出……

商报观察员/老兵伟哥
摄影/老兵伟哥

