

遇到突发爆炸该如何急救

不要慌乱,保护自身安危;更不要添乱,远离事故现场

■通讯员顾清

2020年6月13日16:40左右,浙江甬台温高速一油罐车爆炸。导致周边部分民房及厂房倒塌,造成多人伤亡。

爆炸会造成哪些伤害

爆炸之所以很可怕,是因为它会产生连锁反应:爆炸时,气体在高温下(可以达到3000℃左右)急速膨胀,形成高压气团,最终形成一个灼热且冲击力巨大的空气波向四周高速传播,带来一系列伤害:空气冲击、烧伤、碎片冲击、踩踏等。

爆炸时会产生空气冲击波,严重时会造成骨折,甚至直接撕裂肢体,造成损伤。有一些器官,更容易受到冲击:耳:鼓膜破裂、听小骨移位、内耳的伤害等;肺:肺实质出血、肺挫伤、气胸、空气栓塞等;脑:颅脑损伤等;胃肠道:器官破裂及出血。

同样的,产生的压力在越靠近

爆炸中心会相对越大。

浅层烧伤时,皮肤一般呈红色,往往有水泡产生,感到疼痛;严重烧伤造成的皮肤损伤,可能是白色或炭黑色,痛感可能反而不强。如果嘴唇周围有灼伤,或鼻毛被烧焦,咳黑色痰,说明可能累及呼吸道烧伤。

爆炸后的碎片,由于初速度很大,可以比子弹更快;加之质量,有时甚至比高速步枪的子弹的动能还大。碎片的速度、距离、形状、伤者的防护情况,击中的部位等,决定了此种伤害的严重程度。通常情况下,越是离爆炸点近的人,打人体内的碎片的数量越多。如果碎片击伤重要的器官,或伤及大血管造成大出血时,情况会更加危急。患者的身体可能被冲击波抛出后撞击地面或其他物体,造成骨折、软组织损伤的问题。爆炸形成的冲击力,还可能造成建筑物毁坏、倒塌,如果不幸被砸中,可能会导致损伤。

在爆炸发生当下,不要慌乱,

第一反应是“趴下”,或者躲在掩体

后面。保护好头部,以最大程度降低爆炸冲击可能带来的伤害,同时还可以防止吸入过多烟雾。在确认安全并观察好线路后,及时远离现场,以避免二次爆炸的发生。爆炸现场交通会比较混乱,大家不要凑近围观,不要盲目去现场救援,因为不专业的施救很可能是“添乱”。

受伤后该如何处理

如果你正在现场附近,遇到或就是爆炸的受伤人员,暂时还无法获得及时的救助,可以跟着我们先这样处理:前往安全的地点,远离危险场所;在安全的地方,就地休息;对于流血不止的伤口,止血。用无菌敷料或干净的布料直接压迫伤口止血,通常需要5~15分钟。对于少量出血的伤口,冲洗清洁。就地冲洗,可以使用流动的自来水(干净)或饮用水冲洗伤口,去除污染物、泥沙和降低微生物负荷。

考虑到事故现场可能存在严重的污染,最好用苯扎氯铵、碘伏或聚维酮碘等医用消毒剂对伤口进行消毒。冲洗完成后,可在伤口处涂抹莫匹罗星软膏或复方多粘菌素B软膏,并用无菌敷料覆盖。如果患者没有接种破伤风疫苗,要到附近的急诊室尽快接种破伤风抗毒素或破伤风免疫球蛋白。如果有东西扎在伤口里甚至卡在身体里(尤其是穿入躯干的大型异物),千万别取出来,拔出来可能会让出血更严重。保持制动,尽可能以原样转运到附近医院。

简单的小面积的浅度烧伤一般无需进一步处理即可痊愈,但如果手、脚、脸、腹股沟、臀部或主要关节等部位,须按深度烧伤处理并要紧急就医。

严重烧伤时必要的现场急救

发生爆炸后,如被严重烧伤,应立即拨打120或及时就近就医,

同时应掌握一些必要的现场急救措施:迅速熄灭火焰脱离火场,不要强力撕脱燃烧的衣裤,可以用冷水冲淋后剪开取下,如果创面粘连则只剪开周围部分。

切勿将大面积深度烧伤浸入冷水中;长时间冲洗可能导致患者低体温症,一般不建议冲洗时间过长。注意观察伤者是否有休克表现。如果患者体温较低或出现寒战,最好用毛毯、衣物保温。如果伤者停止呼吸,应紧急实施心肺复苏。抬高烧伤肢体可以减少肿胀。覆盖烧伤创面,可以使用透气湿润的无菌纱布,洁净的湿布或湿毛巾。

如果是手部烧伤,在受伤后应立即将戒指之类的配饰取下来,否则肿胀后可能造成手指坏死。

特别提醒:爆炸发生后,附近居民不要凑热闹,关好门窗,因为尚未确定爆炸性质,未知是否有有害气体的扩散,因此大家应减少外出,保护自己安全之余也维护道路交通,让出生命通道。

育儿大百科

粉嫩宝宝如何防蚊咬

戴上小香包,防蚊又防感

■主持人许瑞英

夏天和蚊子一起来了,妈妈的烦恼也跟着一起来了。宝宝皮肤幼嫩十分容易“下口”,一不小心,宝宝满身上下都是“红包包”。宝宝被蚊虫叮咬,除了痒痛还有各种你看不到的隐患……

蚊子通过吸食血液生存,直接接触血液的它们如果携带可传染性病毒,生命将会受到威胁,而免疫力更弱一些的小朋友则更易受到病毒的感染。

绝大部分的乙型脑炎发生在夏季,就是因为夏天是蚊子频繁出现的季节。90%的病人发病在7、8、9三个月份,其中又以2~7岁儿童发病率最高。

一旦孩子患病,往往又急又凶,体温在1~2天内高达39℃~40℃,伴头痛、恶心和喷射性呕吐,同时多伴有嗜睡和精神倦怠,继而出现意识混乱、抽搐,甚至呼吸衰竭。

一般来说,即使学龄前儿童已经普遍接受了乙脑病毒疫苗的预防接种,但预防接种后的保护率依旧不能达到百分之百,所以家长不能掉以轻心。

宝宝一旦被蚊子叮咬,就会感觉又痒又疼,而蚊子又往往出没在晚上,这时如果防蚊工作做得不好,宝宝将难以入睡;而对宝宝来说,大部分的发育都需要通过充足的睡眠辅助完成,被蚊虫干扰无法顺

利入睡,宝宝的精神状态和心理状态都会受到影响。

看到这里,妈妈们多么希望有一个移动蚊帐,可哪里有呢?当然如果有一款防蚊产品既便携又安全,你心动吗?

这个端午,杭州市妇产科医院为儿童定制了专用香囊,防蚊驱蚊,安然度夏。精心挑选的具有散风驱寒、健脾和胃、理气止痛,通九窍功能的中药,如石菖蒲、藿香、白芷、佩兰、丁香等,细细研磨,然后放在精美的锦袋中,清针丝线细细密密地缝合好。

药物浓郁的香味可通过肌肤、穴位、经络等途径,起开泄理、活血化痰、宣肺肺卫、平衡阴阳的作用。佩戴香囊,能起到预防上感、流感、鼻炎、蚊虫叮咬的作用,对防治疾病有重要的作用。

佩戴方式:把香囊挂在孩子背包、儿童推车、房间及汽车内。应隔衣佩戴,不建议贴身佩戴,以免引起局部皮肤过敏。过敏体质者及有孕妇的家庭慎用,有哮喘病史的患儿禁用。使用香囊时要注意防水、防潮,建议1个月更换一次药包。

最后需要提醒各位宝妈:如果宝宝被蚊子叮了,一般会感觉痒,而蚊子又往往出没在晚上,这时如果防蚊工作做得不好,宝宝将难以入睡;而对宝宝来说,大部分的发育都需要通过充足的睡眠辅助完成,被蚊虫干扰无法顺

医疗快讯

梅雨时节祛“湿气” 中医“脐疗”来助力

■张伟波(浙江省立同德医院针灸推拿科)

现正值梅雨天,气候多雨,环境多潮湿,你是否经常感觉浑身乏力?吃饭没有食欲?甚至经常发生腹泻?这都是“湿气”在作祟。“湿气”在我们生活中经常会遇到,是中医致病六种邪气之一,特点是“重浊粘滞”,以沉重感、黏腻感为主要的临床表现。湿气停滞在体内且难以祛除,病程缠绵,病久易伤阳气,被称为“万恶之源”,常常影响着我们的身体健康。那“湿气”重的人又有什么临床表现呢?一般来说,“胖人多湿”,湿气是导致超重甚至肥胖的重要原因;湿性重者,经常容易感到劳累,精力不充沛,而且湿性黏滞,会出现大便不易冲刷下去,或者经常出现腹泻,咽喉部也时常有黏痰产生。

脐疗法是指将中药做成适当剂型(如糊、散、丸、膏等)敷于脐部,然后在脐部给以艾灸以治疗疾病的方法。

脐疗法作为中医独特疗法已有2000多年的发展历史,早在长沙马王堆3号汉墓出土的《五十二病方》中就已经有了肚脐贴药、敷药、涂药及角灸等关于脐疗法的记载。随着中医药的发展,脐疗相关论述愈加丰富,临床应用也愈加广泛,其中在治疗慢性疾病方面(如疲劳综合征、脾胃虚寒、宫寒不孕等)独具优势。

脐,又名神阙,是出生前

体“先天”和母体的唯一联系,隶属于任脉,通过经络与全身五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋脉相联系。肚脐深部恰是人体太极和命门的所在之处,也即是元气的发生之处。成语“病人膏肓”中的“膏”为膈之所在,“肓”即为脐之所在,中医治疗注重“治病求本”,“病之所在,灸之所在”,脐疗在“人膏肓”的病证的治疗方面有其独特的优势。

此外,脐疗采用的灸法能温阳利水、祛寒逐湿、升阳举陷,行气活血,是祛除寒湿最直接有效的治疗方法。本疗法选用的白术、茯苓等中药具有祛湿健脾的作用。总之,脐疗能够结合脐(神阙)、艾灸、中药三方面的调理作用,三效合一,疗效显著。

脐疗不仅疗效显著,在技术上也存在诸多优势。无痛:脐疗相对针刺而言,不会产生疼痛,治疗过程舒适,患者更易于接受。安全无副作用:脐疗是一种外治法,直接作用于皮肤,避免了口服药物带来的副作用,是一种绿色疗法。操作方便:患者只需仰卧位暴露肚脐部即可,操作简单,是一种“简便廉验”的治疗方法。既往不少患者在治疗过程中都能小睡一会儿,醒后神清气爽,感觉甚佳。

此外,除祛湿外,脐疗还能调理胃肠病;小儿腹泻、便秘以及厌食;泌尿生殖系统疾病:如脾胃虚寒、宫寒不孕等)独具优势。

现正值“冬病夏治”,是行“脐疗”最好的时节,不妨一试。

专家问诊

游泳后耳朵痛,小心变成“游泳耳”

高温天耳朵进水或采耳,极易诱发外耳道炎症

■记者程雪

最近,小青(化名)两只耳朵开始红肿、流脓,疼得连觉都睡不安稳。在医院耳鼻喉科就诊时被诊断为外耳道炎。原来小青是个爱美的女生,每隔几天就要去美发店洗头做造型。症状出现前,她去过了美发店,还在店员的推荐之下尝试了“采耳”服务,而这正是导致小青患外耳道炎的原因。

进水、采耳容易引发“游泳耳”

浙江省立同德医院耳鼻喉科主任、副主任医师熊高云介绍,外耳道炎为细菌、真菌感染或变态反应引起的外耳道皮肤、皮下组织的炎症。

外耳道为何会受到细菌和真菌感染,从而诱发炎症呢?在外耳道里,盯聆,也就是我们俗称的耳屎的存在,能让外耳道维持在比较干燥、相对偏酸性的环境,从而抑制细菌和真菌生长。它和皮肤构成了外耳

道的防御屏障。当水流进外耳道,或是外耳道处于潮湿的状态,皮肤和盯聆防御屏障被破坏,外耳道变得潮湿、偏碱性,导致微生物滋生,尤其是高温天气,外耳道潮湿易引发外耳道炎。

耳朵进水,在游泳的时候最容易发生,所以外耳道炎又称“游泳耳”。“当然若耳朵进水就会引发炎症,那我们平时洗澡、游泳岂不都要提心吊胆?”熊高云解释说,一般情况下,耳朵有自洁功能,外耳道内进水后多能自行流出,如果耳内没有堵塞感,是用不着用棉签去擦干的。

采耳是另一个导致外耳道炎的原因。医生不鼓励采耳,因为耳朵平时随着身体的运动而动,耳屎会自动掉落出来。若耳屎在痒,可以用棉签轻轻擦一擦。若用采耳工具,一不小心力度过大,弄伤了外耳道皮肤,尤其近来天气闷热,外耳道就容易发炎。

临床中,糖尿病患者、艾滋病患者、肾移植患者等人群,由于自身免疫力比较差,也容易出现外耳道炎的问题。

痒痒、红肿、流脓影响正常生活

外耳道炎分为急性外耳道炎和慢性外耳道炎。熊高云说,大多数去医院就诊的患者都是急性外耳道炎,很多人长时间反复发作,容易逐渐变成慢性外耳道炎。

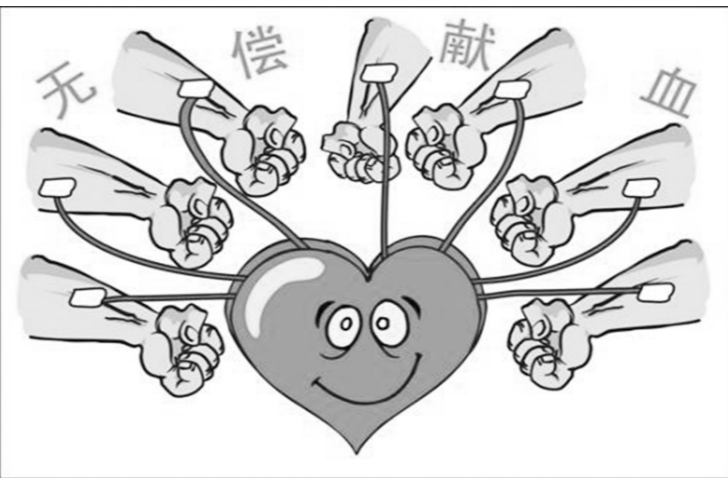
轻中度外耳道炎症状为痒痒、红肿,有闷塞感。重度外耳道炎则带来剧烈的疼痛感,水肿完全堵塞耳道,外耳道骨头烂掉、炎症蔓延至颅底,患者可能出现发烧、面瘫、嘴歪、眼睛闭不上等症状。临床中,多数患者为轻中度外耳道炎,鲜有重度患者。

值得注意的是,过敏导致的外耳道湿疹和外耳道炎表现症状如出一辙——痒痒、红肿、流脓,但就疼痛感来说,外耳道炎的痛感更明显。很多患者因外

50%以上的人日常佩戴口罩,就能使R小于1.0,降低新冠病毒卷土重来的几率。如果有更多人在公共场所佩戴口罩,病毒的传播力度会进一步降低。全员佩戴口罩再加上某些封城措施,可阻止新冠肺炎卷土重来。而且,研究还发现,尽管越早佩戴口罩越好,但在流行病暴发后的120天之内,全员佩戴口罩仍可阻止病毒再次来袭。

该小组还研究了不同口罩的不同效果。研究表明,如果全员佩戴口罩,即便口罩的效率只有75%,也可让R值由4.0降至1.0以下。据《科技日报》

用爱心点亮中国



中国输血协会向会员单位发出倡议:6月14日晚上20点,开展“亮

灯”活动,用爱心点亮中国,感谢无偿献血者。 通讯员胡波

健康常识

大部分人戴口罩 可阻止新冠病毒卷土重来

英国剑桥大学和格林威治大学最近的一项模拟研究表明,大部分民众佩戴口罩可使新冠病毒的“基本传染数(R)”保持在1.0以下,而且,这一措施与封城措施结合使用可防止病毒卷土重来。

研究人员称,仅靠封城并不能阻止新冠病毒再度来袭,如果有足够多的人(无论他们是否表现出症状)佩戴口罩,即使佩戴的是自制口罩,都可以大大降低病毒的传播率。有鉴于此,他们呼吁在发达国家和发展中国家开展“我的口罩保护你,你的口罩保护我”的信息运动。

研究第一作者、剑桥大学的理

查德·斯特图特说:“广泛佩戴口罩,加上保持社交距离以及执行一定的封锁措施,在有效疫苗到来之前,有助于我们控制大流行病并重启经济活动。佩戴口罩没有损失,但收益很大。”

在最新研究中,研究人员将病毒在个人之间的传播动态与人口水平模型联系,评估佩戴口罩与封城等不同情况下病毒的传播动态。

研究发现,如果人们在公共场所佩戴口罩,降低R值的效率是仅在出现症状后才佩戴口罩的两倍。为遏制新冠病毒传播趋势,受感染的人数需要保持在1.0以下。研究表明,如果有

健康警示

吃根棒冰 竟诱发心梗

夏日莫贪冰饮,胃肠不适要警惕

■通讯员徐晨杰

夏天到了,无论男女老少,似乎都抗拒不了冷饮的诱惑,一根冒着冷气的雪糕,一个冰镇好的西瓜,几口下去,凉爽和畅快的幸福感觉简直难以言喻。

可是吃得不对,身体就很容易不舒服,比如肠胃炎会恶心呕吐拉肚子。更可怕的是,有一种疾病来势汹汹,症状跟肠胃炎很像,但稍不留神就可能要命!邵逸夫医院心内科胸痛中心,最近碰到了这样的急诊病人。

夏日贪凉 一根棒冰诱发心梗

50岁的张先生(化名),吃了一根棒冰后2小时,突发心前区剧烈闷痛,大汗淋漓,烦躁虚弱。到邵逸夫医院下沙院区急诊室就诊,心电图检查提示急性ST段抬高型心肌梗死,1小时内急诊紧急手术开通血管,手术中发现前降支近段起完全闭塞,于是进行前降支血栓抽吸,并植入支架。

急性心梗通过身体其他部位疼痛体现出来的占了30%左右,其中又以消化道症状居多,这是心梗的不典型症状。心梗还会表现出大汗、牙痛、头痛、咽喉痛、上肢或后背疼痛,有的还会表现为咽喉疼痛不适甚至恶心、呕吐等,平时出现这些症状都不要忽视。

而且目前不典型心梗发生比例大大增加,由于不典型心梗临床表现不特别,容易和其他疾病混淆,因而常常会被病人及家属忽略,导致误诊甚至失去抢救时机。如有糖尿病、冠心病等基础病的患者,以及肥胖人群和老年人,出现上腹痛、胃痛以及原因不明的不适时,要想到急性心梗的可能,赶紧到正规医院做心电图等相关检查,以免耽误最佳抢救治疗时机。

另外提醒大家,心梗发作时,如果自己还有意识并有活动能力,不论你当时在上班或是在学习,都要及时停下来就医。当然,最好还是拨打120急救。

吃冷饮,会导致血管突然



熊高云 副主任医师,浙江省立同德医院耳鼻喉科主任,浙江省医学会耳鼻喉科学分会委员,浙江省中西医结合学会耳鼻喉科分会委员。主攻耳显微外科及鼻内镜外科,擅长慢性中耳炎、慢性鼻窦炎、听神经瘤、耳蜗神经瘤、鼻咽癌、鼻腔鼻窦肿瘤、喉部肿瘤的诊治有丰富的临床经验,对咽喉部疾病、耳聋、耳鸣及儿童鼻窦炎的中西医结合治疗有较高的造诣,主持参与厅级课题5项。