

切记!胸闷胸痛马上停止运动

医生提醒,应注意保持健康生活习惯,从源头防范心血管疾病

晨报记者 黄伊娜

近日集美区厦门羽之凌羽毛球馆发生惊险一幕,一名正在打羽毛球的男子突发心梗倒地,所幸现场有掌握急救知识和从事医务工作的球友轮番为其进行心肺复苏,随后男子被送医抢救转危为安(详见晨报1月16日A5版)。此类事件并非第一次发生,晨报曾多次报道。这不禁让人产生疑问,都说“生命在于运动”,为什么运动场所频频发生球友心梗、心脏骤停等事件呢?

“人在进行羽毛球、篮球、慢跑等剧烈运动时,肌体的耗氧量和需氧量明显增加,如果本身就存在心血管狭窄或冠脉有斑块等情况,就有可能出现心脏缺血或

斑块破裂形成血栓,严重时导致心肌梗死、心脏骤停。”厦门大学附属心血管病医院(简称“厦心”)急诊科主治医师黄承敏表示,类似事件不仅发生在羽毛球馆,该院急诊科每年还会接诊到至少4-5例在篮球馆、游泳馆等体育场馆发生心梗的患者,严重者甚至猝死,且以中青年男性居多。一般来说,患者会出现此类问题,是因为其本来就有心血管疾病,但由于平时症状非常轻微、不影响正常生活,所以没有引起足够的重视。

那么,运动时要如何降低心梗等风险呢?黄承敏说,运动要循序渐进,长期不运动的市民不要“爆发式运动”。有心脑血管疾病的患者不要剧烈运动,如果运



心肺复苏在危急时刻能发挥大作用。医院供图

动过程中出现了胸闷、胸痛、呼吸困难等,要马上停止运动、原地休息,尽快到医院就诊,有条件的情

况下含服速效救心丸或硝酸甘油。他还提醒道,日常生活中发现自己有胸闷、胸痛等情况,建议

到医院由医生具体评估,排除是否属于心源性心绞痛。发生心梗的危险因素包括高血脂、高血压、高血糖、冠心病家族史,抽烟、长期熬夜等不健康的生活方式也会增加冠心病等心血管疾病发生的风险,所以大家要注意保持健康生活习惯,从源头防范心血管疾病。

如果在日常生活中发现有人心脏骤停,怎么办?黄承敏表示,应第一时间拨打120,并予以心肺复苏,有条件时尽快使用AED(自动体外除颤仪)进行抢救。因为心跳骤停后4-5分钟脑细胞就开始死亡,如果在120急救人员到达之前能第一时间予以高质量心肺复苏,有可能挽救患者生命。



从黄先生声门取出的皮皮虾。医院供图

好险!一只皮皮虾卡进男子喉咙

晨报讯(记者 曾昊然 通讯员 高莹)日前,44岁的黄先生与家人一起吃晚餐时,一口吞下了一只皮皮虾。过了一会,黄先生突然放下筷子,面色变得痛苦起来。原来,这一整只皮皮虾卡在了黄先生的声门上,引起严重的呼吸困难和咳血。

家属紧急将黄先生送到厦门医学院附属第二医院抢救。当该院耳鼻喉科副主任医师詹斌

接诊时,黄先生不仅呼吸困难,还出现了面色发绀等情况,随时有生命危险。医生数次尝试取出皮皮虾,但因皮皮虾牢牢卡在声门而无法成功。见情况紧急,詹斌紧急联系麻醉手术科准备全麻下手术。

手术前,为保持黄先生呼吸道通畅,该院麻醉科主任医师杨龙慧在给黄先生镇静后,准备对其进行气管插管。然而黄先生声

门被皮皮虾紧紧盖住了一大半,插管钳也无法动皮皮虾分毫。在手术团队齐心协力下,杨龙慧选择极细的小儿气管导管,才成功为黄先生气管插管。但很快又有意外发生了——皮皮虾倒刺将黄先生气管导管的套囊划破了!“套囊划破后,呼吸道通气量无法保证,可能出现二氧化碳蓄积,影响患者苏醒。”詹斌见状果断出手,通过手术将皮皮虾切成

小块,再小心翼翼地分段取出。之后,经多日康复治疗,黄先生顺利出院。

詹斌提醒,声门位于喉咙上部,是链接肠胃和气管的重要过渡器官。大家进食虾、蟹、鱼等食物时不宜动作过大,否则就可能出现类似黄先生的情况。不幸遇到此类情况,请及时就医取出异物,以防造成严重伤害。

分类广告

海西晨报面向海峡西岸,发行覆盖全省,厦门、漳州、泉州、龙岩等海峡西岸区域。

刊登声明、公告、启事等

登报热线: 5550633、5581501、18030270336、QQ:2290530096

友情提醒:本版提供的信息仅供参考,敬请验明对方相关资料,若因此产生的一切法律纠纷与本报无关。



地址:吕岭路122号报业大厦10楼1009室(电话:5550633)
厦门市政务服务中心3楼A厅2号窗口(电话:7703729)
湖里区枋湖南路29号湖里行政中心二楼1号窗口(电话:5383530)

公告	公告	减资公告	减资公告	●遗失:厦门柔东汽车销售有限公司	●遗失:厦门如意三煲食品有限公司
杨泽华:本委立案受理申请人厦门逐趣科技有限公司与你的劳动争议仲裁案,因你通过其他方式无法送达,现依法向你公告送达本委厦集劳人仲案字[2023]第3101号《被申请人参加仲裁活动通知》、劳动争议仲裁申请书副本、《仲裁告知书》、《举证告知书》、《仲裁庭组成人员通知》、《开庭通知》(开庭时间:2024年3月11日08时00分;开庭地点:厦门市集美区诚毅大街1号11楼仲裁庭)等。限你司自本公告发布之日起三十日内到本委(厦门市集美区诚毅大街1号11楼)领取上述仲裁文书,逾期即视为送达。 厦门市集美区劳动人事争议仲裁委员会 ●莆田世纪正品鞋业有限公司对外贸易章遗失,声明作废。	酒王家族(北京)电子商务有限公司:本委立案受理的申请 人赵文显与你司劳动争议仲裁案,已审理终结。因你司通过其他方式无法送达,现依法向你司公告送达本委作出的厦集劳人仲案字[2023]第1995号《裁决书》。限你司自公告发布之日起三十日内到本委(厦门市集美区诚毅大街1号11楼)领取《裁决书》,逾期即视为送达。 厦门市集美区劳动人事争议仲裁委员会 ●遗失:厦门国珍建材有限公司遗失厦门市市场监督管理局2022年1月6日核发的营业执照正本,统一社会信用代码:91350200MA8UGNYN36,声明作废。	经公司股东会决议,屿演(厦门)餐饮管理有限公司(统一社会信用代码:91350203MA2YQ8Q35D;法定代表人:林娟)决定将公司注册资本由1000万元人民币减至3万元人民币,自公告之日起四十五日内,债权人有权要求本公司清偿债务或提供相应的担保。 联系电话:13459277705 联系地址:厦门市思明区文屏路63-1号701室 屿演(厦门)餐饮管理有限公司 ●A&J IPPON TRADING CO., LTD 遗失长荣海运提单一套三份,船名:DONG FANG JI,航次:382E,提单号:EGLV148300286149,现声明作废。	经公司股东会决议,厦门京穗贸易有限公司(统一社会信用代码:91350206699911886A,法定代表人:奚荣伟)决定将公司注册资本由700万元人民币减至200万元人民币,实收资本不变,自公告之日起四十五日内,债权人有权要求本公司清偿债务或提供相应的担保。联系电话:2985823,联系地址:厦门市海沧区石塘二里45号。 厦门京穗贸易有限公司 ●厦门众典物流有限公司遗失道路运输证,车号:闽DH9883黄,证号:350201291165,声明作废。 ●厦门微元物流有限公司遗失道路运输证,车号:闽DBV22挂黄,证号:350201260377,声明作废。	●遗失:厦门力汽车集团股份有限公司开具的车辆合格证,合格证编号:NA7210010014850,车辆型号:CL5032XJH6BYS及湖北增值税专用发票,发票代码:4200231130,发票号码:08109914;遗失江铃汽车股份有限公司开具的车辆合格证,合格证编号:WCP190113412599,车辆型号:JX5033XXYPFM-M6,车架号:LJXCM3FC2PT123877,发动机号:PCG126635及车辆一致证书,车辆环保清单,声明作废。 ●海川盛世(厦门)贸易有限公司遗失厦门市市场监督管理局2023年5月25日核发营业执照副本,统一社会信用代码:91350203MA31HENJ65,声明作废。 ●厦门市安能天鹰物流有限公司遗失闽DT219挂黄车辆道路运输证,证号:350201206448,声明作废。 ●福建联丰塑料有限公司遗失公章一枚,现声明作废。	●翔安分公司遗失厦门市翔安区市场监督管理局2020年9月15日核发营业执照副本,统一社会信用代码:91350213MA34NN1946,声明作废。 ●厦门全力丰物流有限公司遗失道路运输证,车号:闽DH1877(黄),证号:350201274877,声明作废。 ●厦门佳和昕物业管理有限公司海沧分公司遗失财务章一枚,声明作废。 ●厦门微芽文化传媒有限公司不慎遗失财务专用章一枚,声明作废。 ●厦门亿嵘环保科技有限公司遗失财务章、发票章各一枚,声明作废。 ●厦门即达网络技术有限公司遗失公章一枚,声明作废。 ●厦门几陌贸易有限公司遗失公章一枚,声明作废。

遗失公告

登报热线:18030270336
(微信同号)