高压氧备战“无形杀手”

毓璜顶医院专家详解如何应对一氧化碳中毒

随着寒潮来袭，居民使用煤炉、燃气、炭火等取暖设备频次增高，如果房间密闭导致通风不畅，很容易导致一氧化碳中毒。

而这种无色、无味、无刺激性的有毒气体，素有“无形杀手”之称。生活中怎样识别一氧化碳中毒呢？发生一氧化碳中毒应该如何应对？为了解详情，记者近日采访了烟台毓璜顶医院高压氧疗科主任曹春妮。

曹春妮介绍，一氧化碳中毒的症状根据中毒程度的不同而分为轻度、中度和重度。轻度中毒，会出现头痛、头晕、胸闷、心慌、恶心、呕吐、全身乏力等症状，但如果能及时开窗通风，吸入新鲜空气，症状会很快减轻和消失。中度中毒症状表现为多汗、烦躁、走路不稳、皮肤苍白、意识模糊、老是感觉睡不醒、困倦乏力并逐渐进入昏迷状态。重度中毒最为致命，中毒者会出现神志不清、牙关紧闭、全身抽动、大小便失禁、呼吸和脉搏增快、血压上升、心律不齐、体温上升等症状，若不能及时脱离中毒环境，患者会进入深度昏迷，脉搏细弱，也可能出现高热，此时生命垂危，死亡率高，即使侥幸获救，也会遗留严重后遗症。

而在日常生活中，烧炭取暖、使用燃气热水器洗澡、使用天然气或液化气罐做饭、在燃油车里开着空调睡觉以及在较密闭空间内吃炭火锅、炭烤、围炉煮茶等，都可能引发一氧化碳中毒。如果发现身边的人出现一氧化碳中毒，“需要立即打开门窗通风，并将患者转移至新鲜空气流通处。在确保患者呼吸道通畅的同时，对神志不清者将头部偏向一侧，以防呕吐物进入呼吸道，导致窒息。”曹春妮告诉记者，“发现患者中毒情况较为严重时，要立即拨打120急救电话，将病人护送到医院进一步检查治疗。”

一氧化碳中毒症状

轻度中毒：会出现头痛、头晕、胸闷、恶心、呕吐、全身乏力等症状

中度中毒：表现为多汗、烦躁、走路不稳、皮肤苍白、意识模糊、并逐渐进入昏迷状态

重度中毒：会出现神志不清、全身抽动、呼吸和脉搏增快、心律不齐、体温上升等症状

一氧化碳中毒治疗手段

高压氧治疗急性一氧化碳中毒安全有效，能尽快改善一氧化碳中毒的症状，是目前临床上治疗急性一氧化碳中毒和预防一氧化碳中毒迟发性脑病的重要治疗手段

在医院，非常有效的治疗手段是高压氧治疗，它对一氧化碳中毒有特效。但若高压氧治疗后，患者症状没有完全改善或中毒症状较重，还需要积极配合药物治疗，如使用甘露醇等脱水剂降低颅内压，预防脑疝形成。对于频繁抽搐的患者，可使用地西泮等镇静药物控制抽搐。

曹春妮介绍，高压氧治疗是目前临床上治疗急性一氧化碳中毒和预防一氧化碳中毒迟发性脑病的重要治疗手段。高压氧治疗急性一氧化碳中毒安全有效，能尽快改善一氧化碳中毒的症状。需要注意的是，一氧化碳中毒昏迷患者清醒后有迟发性脑病发生的可能，高压氧治疗能最大限度地预防迟发性脑病的发生，降低迟发性脑病的发生率、减轻迟发性脑病发生的症状，所以需要避免过早地中断治疗。一旦发生迟发性脑病，需要配合药物、营养支持、高压氧、康复等手段对患者进行综合治疗。

她还强调，高压氧治疗可以增加其血氧分压和血液中氧气的溶解度，提高血液中氧气的含量及弥散能力，改善脑组织缺血缺氧状态，促进神经细胞的修复；可减轻脑水肿的恶性循环，降低颅内压，使脑组织侧支循环建立，恢复脑代谢；有助于受损血管内膜的修复，激活衰竭的脑细胞。此外，还能对脑血管闭塞性血管炎、血栓及出血等起到一定的缓解作用。因此，在病程的不同时期、不同阶段，高压氧治疗都会发挥不同的治疗作用。根据患者中毒程度不一样、病情不一样、基础疾病不一样，高压氧治疗方案、疗程也是不一样的，高压氧科专科医生将会根据患者病情制定个性化治疗方案。

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 王婧

■相关新闻

一周20人 一氧化碳中毒

本报讯（YMG全媒体记者 **张苹** 通讯员 **吴明顺 张晴**）据烟台市120急救指挥中心统计，12月2日–9日一周时间，全市120共接一氧化碳中毒患者20人，当前正处在一氧化碳中毒的高发期。

一氧化碳中毒应以预防为主。使用煤炉时要检查炉灶和烟筒完好畅通，接口处应密封；定期清理烟道，值雨雾天气、南风、返烟时熄灭炉灶或启用烟道排气扇。此外还要注意，使用燃气热水器时，不要将燃气热水器安装在洗浴房间内，应将其安装在洗浴房间外靠近窗户的地方或室外。

关爱老年人口腔健康

口腔医院医疗队走进莱山区社会福利中心

本报讯（通讯员 **王茜玮**）为提升老年人的口腔健康意识，改善老年人的口腔健康状况，12月6日，烟台市口腔医院医疗团队走进烟台市莱山区社会福利中心，为居住在这里的老人开展口腔健康义诊，并提供了个性化的口腔健康指导。

“大姨，你的口腔基本情况还不错，如果觉得牙齿敏感，刷牙的时候可以使用脱敏牙膏，并适当地用一下冲牙器，这样可以帮助您保持口腔健康。”活动中，烟台市口腔医院烟大分院院长王霄立为老人们进行了细致的口腔检查，并详细解答了老人们关于口腔健康的各类问题，对于部分存在口腔问题的老人也一一给予了后续诊疗建议。王霄立告诉记者，这次主要讲解了老年人常见的口腔健康问题，希望能让老人们听得懂、记得住、用得上。

此次活动，不仅为居住在莱山区社会福利中心的老人们带来了有效医疗服务，还通过现场指导、发放宣传手册等方式帮助老人们学会了正确口腔清洁和护理的方法。

作为烟台市唯一一所三级甲等口腔专科医院，烟台市口腔医院东院区9月28日已正式启用，东院区的启用能有效满足莱山周边地区及附近城市群众口腔诊疗需求，促进优质医疗资源扩容和区域均衡布局。接下来，烟台市口腔医院将继续发挥专业优势，整合口腔健康资源，架起医院和社区、学校、养老机构的沟通桥梁，把口腔健康服务送到居民身边，让居民们感受到更多的实惠和便利。

知名专家金博坐诊奇山医院

改善便秘先从改变生活习惯开始

本报讯（YMG全媒体记者 **林媛** 通讯员 **王永梅**）日前，记者从烟台市奇山医院获悉，由全军知名专家金博领衔坐诊的便秘门诊正式开诊，而奇山医院也为便秘门诊配备了用于胃肠传输试验的“小胶囊”，可在24小时或48小时内，观察“小胶囊”的行走轨迹，从而分辨便秘类型，进行有效的对症治疗。

金博主任是原解放军总医院消化内科主任医师，是全军知名专家，师从诺贝尔奖获得者哈维·阿尔特。金博主任现已入职烟台市奇山医院，担任消化内科主任，为烟威地区患者带来了很多前沿的医疗技术。

金博主任介绍，便秘常见的有两种类型，一种是多发于老年人的肠道传输慢，其中女性发病率明显高于男性，另一种是出口梗阻型。“只要确诊了类型，对症治疗起效就会比较明显。”金博主任说，“奇山医院专门为便秘患者引进了胃肠传输试验，这种试验就是把不透X光的标记物放进胶囊，在身体里运行24小时或者48小时后，通过胶囊的运行轨迹，从而确定疾病类型。”

“我想让大家知道，便秘患者的第一步治疗一定不是吃药，而是调整生活方式。”他说，便秘患者一定要做到“三多”：多喝水、多运动、多吃蔬菜水果。患者每天喝水大约在2000毫升，运动时可根据个人情况，哪怕只是散散步也能促进肠蠕动，不要总是坐着或躺着。至于蔬菜水果，由于富含植物性纤维素，对肠道蠕动非常有帮助。“大家也可以选择一些对肠道有益的益生菌，如乳酸菌、双歧杆菌，但是这种益生菌起效比较慢，而且需要长期服用，大家可根据自己情况斟酌服用。”金博主任建议。

老年人便秘时，排便用力可增加心脑血管意外风险，因排便困难造成猝死的案例也层出不穷。金博主任再三强调：“老年人的便秘一定要重视起来！改变生活方式最重要！”

烟台业达医院妇科主任董少华——

每一台手术都要做到精益求精

2004年大学毕业的董少华，如今迎来了他从医的第20个年头。作为烟台业达医院妇科主任，正是出于对精进技术的执着与坚持，他成为了当地妇科患者的希望。

大学毕业后，董少华进入医院开始了临床医学轮岗。根据科室需求，他分到了妇产科。那时，妇科和产科还未分家。性格温和、干事细致的董少华待在手术室中，一待就是一天。

“那时国内刚开始接触宫腹腔镜微创技术，我比较擅长操作，就到了妇科。在临床实操上，这是一个挑战。”董少华说，“大手术要安全，小手术要完美。”奔走在妇科手术台间的这些年，董少华坚持把每一台手术都做到精益求精。他擅长诊治子宫肌瘤、卵巢囊肿、宫颈病变、妇科内分泌疾病、盆腔炎、异位妊娠等妇科常见疾病，近年来，他还深耕盆底功能障碍性疾病以及子宫内膜癌、宫颈癌、卵巢癌等妇科恶性肿瘤的规范化、个体化和微创化诊疗。

“20年来，我见证了医院的发展，也见证了妇科微创手术的蜕变。”董少华说。从传统的外科剖腹术转向“最小损伤、无损伤”的“钥匙孔”微创手术，宫腹腔镜成为了妇科医生的“利器”，其实质上是一种纤维光源内窥镜，可直接清楚地观察患者宫腹腔内情况，了解致病因素，同时对异常情况进行手术治疗。“像处理子宫肌瘤，以前的手术时间要三到四个小时，出血也多，现在开展微创手术，时间短、出血少，患者恢复得也快。”

回顾自己的行医生涯，他接手了不少复杂妇科肿瘤患者的救治，很多病例仍然像烙印一样，让董少华记忆犹新。其中，有一位69岁被诊断为卵巢癌的患者，刚送来医院时体重只有35kg，营养状态十分不好。术前，董少华带领团队对她进行了全面评估，发现病变范围可控。术中，他利用腹腔镜进行探查，发现在患者盆腔中有病灶，历经5个小时，顺利完成了切除手术。

像这类利用腔镜进行复杂手术的案例，在董少华眼里已是常态。“宫腔疾病中，最常见的有子宫内膜息肉、子宫粘连、肌瘤和子宫畸形，宫腔镜技术是诊断宫腔疾病的金标准。”其在宫腔疾病的治疗中具有创伤小、出血少、恢复快、住院时间短的特点，在保护及修复女性生育力等方面具有显著优势。董少华表示，宫腔镜冷刀手术是传统宫腔镜技术的最新发展，适用于宫腔粘连、子宫纵隔、子宫内膜息肉等大部分宫内疾病诊治，烟台业达医院妇科在全市范围内早已领先开展。

随着大家对于女性健康认知的不断提高，妇女盆底功能障碍性疾病得到重视，董少华和团队率先开展了盆底功能障碍性疾病门诊。

作为半岛盆底康复治疗联盟单位，很多有尿失禁、老年子宫脱垂等问题的患者慕名而来。在烟台业达医院的盆底康复门诊，整齐摆放着各式治疗盆底疾病的仪器，如电刺激治疗仪、AI温控射频治疗仪等。

60多岁的孙女士因为尿失禁的问题来到了业达医院。她长期受到这一问题的困扰，生活质量受到了严重影响。在业达医院，董少华及其团队通过对患者的盆底肌肉功能评估，提出了个体化的治疗方案。通过盆底功能康复治疗，孙女士的症状得到了显著改善。

“每一位女性都应该重视盆底康复，无论是初产妇、经产妇、有无相关症状的女性，都应该做到早预防、早治疗，不要等到问题严重时再寻求治疗方案，错过治疗的最佳时机。”董少华说，“像盆底重建手术、子宫及脱垂器官悬吊手术及尿失禁手术等，我们也在熟练开展。”

作为科室的领头人，董少华希望带领团队为患者提供更加精细化、专业化的医疗服务；作为一名妇科医师，董少华更深知自己所面对的不只是一位患者，也是母亲、妻子或女儿，乃至整个家庭。

他和团队将大科室专业细化，分为妇科肿瘤、妇科内分泌、盆底功能障碍性疾病、宫腔镜手术等几个亚专业，让科室医护深耕细分专业领域。“下一步，我们将在单孔腹腔镜技术、盆底肌康复治疗、妇科肿瘤等方面重点发力，为辖区居民提供更好的医疗服务。”

健康所系，生命所托……对于从医20年的董少华来说初心从未改变。“医疗技术的进步为妇科领域带来了许多新的治疗方法，为了患者的健康，我们要不断学习和进步，为广大患者点亮健康与幸福的明灯。”

YMG全媒体记者 王修齐
通讯员 孙雨晴