

溺水该如何急救

本文作者 | 徐新艳 专业审稿 | 黄中伟

黄中伟:通大附院主任医师, 教授, 博导

擅长:急危重症抢救, 疑难危重症救治, 脓毒症、重症胰腺炎及多脏器衰竭的治疗等。



扫码读千篇科普文章

随着气温不断上升, 水上乐园、水上项目逐渐热起来, 但无论是游玩, 还是运动健身, 个人安全必须放在首位。因此, 关于溺水的安全教育仍然需要不断推广, 只有加强对溺水的预防和溺水后急救相关知识的科普, 才能让大家安心享受水上运动带来的清凉与快乐。

溺水是什么

淹溺(drowning), 又称溺水, 指人淹没于水或其他液体中, 由于液体、污泥、杂草等物堵塞呼吸道和肺泡, 或因咽喉、气管发生反射性痉挛, 引起窒息和缺氧。

为什么“倒挂控水”不对

溺水时, 人体会因喉痉挛导致肺部进水很少, 多数情况下肺部不是“灌满水”状态。

即使有少量水进入肺部, 倒挂也无法有效排出。但是倒挂控水浪费宝贵的抢救时间, 错过恢复心跳和呼吸的最佳时机。

倒挂会导致胃内容物反流, 引发误吸(呕吐物进入气管), 加重窒息风险。

正确营救方法

1. 现场目击者在初步营救和复苏中发挥关键作用, 应在保证施救者安全的前提下积极开展营救。

2. 将淹溺者救离水中。在不影响心肺复苏的前提下, 尽可能去除湿衣服, 擦干身体, 防止患者出现体温过低的情况。

3. 首先检查患者反应, 开放气道, 检查有无生命迹象, 一旦发现心跳停止, 清理呼吸道后应尽快实施心肺复苏。

4. 在心肺复苏术开始后有条件者应尽快使用自动体外除颤器。

5. 淹溺者经现场急救后, 应及时转送至医院进行下一步救治; 搬运患者过程中注意有无头颈部损伤和其他严重创伤, 做好保护。