

窒息警告!

这5种呼吸刺客可能正在“锁喉”

“

记者 刘威

“突然喘不上气”是不少人遇见过的紧急情况。生活中,有一些疾病可能让人在短时间内呼吸困难、憋喘,甚至窒息,包括急性会厌炎、急性荨麻疹、急性哮喘、气道异物堵塞、肺栓塞等。了解呼吸困难这一症状背后可能隐藏的“元凶”,有助于快速识别疾病,及时就医,挽救生命。



制图:蔡廷

急性荨麻疹 严重时可引起窒息

一到春秋换季,银川市民徐先生就容易过敏。上周的一天,他起初只是起了荨麻疹,但短短几个小时内,病情就急剧恶化,出现喉头水肿症状,顿时感到呼吸困难,家人马上打了120。

银川市中医医院皮肤专业医学博士雷鸣介绍,春天是荨麻疹高发的季节。急性荨麻疹通常起病较急,突然感觉瘙痒,很快就会出现大小不等的红色风团,数分钟至数小时内可减轻并逐渐消失,不留痕迹,皮损一般持续不超过24小时,但新风团可此起彼伏,不断发生。要注意的是,荨麻疹可不是简单的皮肤病,患者还可能出现胃肠道、呼吸道等并发症。“比如,有些患者荨麻疹发作时还会有胸闷憋气的感觉。这其实是荨麻疹的一种急性症状,即病情严重引起的伴有休克、喉头水肿及呼吸困难的状况,这时需要立即抢救。”

荨麻疹的发作,如果与摄入动物性蛋白、植物类和食物添加剂等有关,建议患者治疗过程中适当忌口。在控制疾病期间,患者还要保持良好的生活作息,不熬夜,保持平和的心态也很重要。

过敏性哮喘 可引发呼吸困难

家住金凤区清馨苑小区的刘女士是过敏性鼻炎老病号,每到春天的花粉季,她出门时总要全副武装,戴上口罩和帽子。上周三下午,刘女士有事着急出门,忘记戴口罩。走到路上杨絮纷飞,她无处躲藏,没过多久就出现咳嗽、憋喘、呼吸急促等症状。紧急就医后,刘女士被确诊为过敏性哮喘发作。

宁夏回族自治区人民医院呼吸与危重症医学科副主任医师、过敏性疾病门诊专家张淑红提醒,最近银川飞絮、花粉、沙尘等过敏原较多,患有过敏性哮喘的人群需提高警惕。这类人群一旦吸入较高浓度的过敏原,易诱发过敏性哮喘,如果处理不及时,可能导致支气管阻塞,出现呼吸困难,严重时会导致呼吸衰竭、危及生命。

“过敏性体质人群在花粉季要特别注意防护,出门佩戴口罩,在午间、午后或大风天等花粉浓度较高的时间段,尽量减少户外活动。当皮肤粘上杨柳絮后,最好及时用温水清洗。有哮喘史的市民,过敏季外出时应随身携带相关药物,以备发作时缓解症状。如果出现哮喘发作持续不能缓解,要尽快到医院就诊。”张淑红建议。

突发呼吸困难 也可能是肺栓塞作怪

30岁的小杨是银川一家企业的财务人员,平时经常熬夜。几天前,又工作了一个通宵的小杨,感觉左下肢酸痛,他自己做了按摩,然后突发胸痛、呼吸困难。就医检查后,医生发现小杨左下肢形成深静脉血栓,最后被诊断为肺栓塞。

宁夏回族自治区人民医院急诊科副主任医师张亮说,肺栓塞的常见症状包括突发呼吸困难、胸腔刺痛感、咳嗽、咯血等,严重的会出现心律失常、休克,甚至发生心脏骤停和猝死。

肺栓塞是血液中的固态物质造成一支或多支肺动脉部分或完全阻塞,通常由血栓引起。“肥胖者、口服避孕药者、妊娠或产期妇女、恶性肿瘤患者、因病长期卧床者,都是肺栓塞的高危人群;手术、创伤或骨折后、化疗均可能诱发肺栓塞;长时间乘坐火车、飞机等交通工具,或者久坐不动打麻将,都可能诱发静脉血栓。”张亮表示。

日常预防肺栓塞,首先要避免久站、久坐,避免跷二郎腿。保持身体水分充足,降低血液黏稠度,保持身体水分充足。有家族血栓史的人,可以在医师指导下使用相关药物进行改善。

急性会厌炎 或可让人窒息

临床上,有一种喉痛常伪装成咽炎或扁桃体炎,可能瞬间“封喉”,引发窒息,它就是危险的急性会厌炎。前段时间,宁夏回族自治区人民医院耳鼻喉科副主任医师邓斌接诊了一位女性患者,她在感冒后第三天,喉咙肿痛,感觉脖子像被人掐住似的,喘不过气。经喉镜检查,医生发现该患者会厌极度充血水肿,被确诊为急性会厌炎。

急性会厌炎常见于急性上呼吸道感染病毒或细菌感染。异物刺入或化学气体吸入等创伤也会引起急性会厌炎。过敏体质人群在碰到过敏原时也有可能出现会厌水肿的情况,且很有可能在几分钟内就发生恶化,令患者出现窒息情况。

急性会厌炎的预防包括以下几点:重视咽喉疼痛:警惕食物、药物的过敏;保持口腔卫生,戒烟酒,不熬夜,养成良好的生活习惯。

异物卡喉 立即采取急救

每逢节日,吃汤圆、年糕、花生等食物时,异物卡喉的现象并不鲜见。当异物较大堵塞气管时,患者可出现憋气、呼吸困难,甚至窒息死亡。

宁夏医科大学总医院急诊科主任医师丁勇介绍,当成人遇到异物卡喉出现窒息时,应立即采取“海氏急救法”,即让身边人站在他的背后,两手臂环绕其腰部,一手握拳,将拳头的一侧放在上腹部,拳心向内按压于他的肚脐和肋骨之间的部位,再用另一手抓住拳头,急速向上重击压迫他的腹部,反复实施,直至阻塞物吐出。

若身旁无人,就要采取自救,靠在固定的水平物体上,如桌子边缘、椅背、扶手栏杆等,利用物体边缘挤压上腹部,快速向上冲击。重复直至异物排出。

预防异物卡喉,医生建议要做到以下几点:

进餐时确保注意力集中,尽量不要说话或大笑,不要着急,要细嚼慢咽。

老年人应及时修复损坏的义齿,进食前要留心,睡前应取下。

