

心梗急救如何畅通“快车道”

——来自中国心梗救治日的观察

心梗起病急、危害大。临床数据显示,我国每年发生急性心梗的患者约100万人,45岁以下心梗发病率上升。

11月20日是中国心梗救治日。业内专家在接受采访时表示,心梗急救正进一步畅通“快车道”,提升救治效果,持续将“健康中国行动——心脑血管疾病防治行动”落到实处。

与心梗抢时间,抓住“黄金120分钟”
普及急救知识,公共场所加强AED配备
医院急救更畅通,胸痛救治基本网络形成



22日22时03分小雪:
等待冬雪落肩头
坐看青竹变琼枝

新华社天津电 “迎冬小雪至,应节晚虹藏。”北京时间11月22日22时03分将迎来小雪节气。此时节,冷空气活动趋于频繁,全国各地气温持续走低,雨雪天气逐渐增多,人们已经隐约感到了寒冬脚步的来临。

天津民俗专家、专栏作家由国庆介绍,小雪节气与天气预报中所说的“小雪”意义不同,它是一个气候概念,代表的是小雪节气的气候特征,包括降水、气温、光照等。小雪节气期间,太阳直射点继续向南移动,越来越靠近南回归线,昼短夜长,我国不少地区下午五六点钟就已夜幕降临。

立冬后,朔风渐起,北方一些地区在小雪节气尚未到来之前就已寒气逼人,且有初雪降临,比如东北等地区受强冷空气影响,近日就迎来了大范围较强降雪。

反观南方地区,寒意偏迟,立冬后仍可看到红花绿叶,“甲子徒推小雪天,刺梧犹绿槿花然”,刺梧仍绿油油,槿花也红彤彤,但也呈现出了“荷尽已无擎雨盖,菊残犹有傲霜枝”的清寒之景。毋庸置疑,寒风渐次将盘桓的秋意卷走。

俗语道:“小雪腌菜”。腌菜之俗南北皆有,许多人记忆中冬天的味道往往是从腌菜开始。雪里蕻、韭菜花、白菜、萝卜、豆角……稍加清洗或晾晒,加盐腌入缸中,称为“盐菜”或“咸菜”。缸里装满了味蕾的记忆,有腌菜的冬天可以说是有味有淡、有滋有味……

“如今的都市人几乎都不怎么自己在家腌菜了,只有一些老辈人还会象征性地腌上一小坛,意在留住记忆中冬天的味道,守护一份难忘的情怀。”由国庆说。

岁至小雪,也许有雪,也许无雪,来了,是欢喜,不来,期盼着。在这个“莫怪虹无影”的时节,不妨约上三五好友闲坐,围炉夜话,饮煮茶,感受“绿蚁新醅酒,红泥小火炉。晚来天欲雪,能饮一杯无?”的美妙意境,谈天说地中等待冬雪落肩头,坐看青竹变琼枝。

周润健

与心梗抢时间 抓住“黄金120分钟”

急性心梗是冠状动脉急性、持续性缺血缺氧引起的心肌坏死,为一种常见的心脑血管疾病。

国家卫生健康委等多部门近日联合发布的《健康中国行动——心脑血管疾病防治行动实施方案(2023—2030年)》提出,要实施危险因素控制,降低发病和死亡风险,同时完善急救体系,提高规范化、同质化诊疗

水平。

首都医科大学附属北京天坛医院院长王拥军说,心脑血管疾病是急性发作的慢性病,在发作早期,生命救治和时间密切相关。公众要能够早期识别症状,遇到难以忍受的胸痛时要去医院。

解放军总医院第六医学中心心血管病医学部主任陈韵岱介绍,在急性

心梗发作前的数小时,患者可能出现如下症状:颈部、嗓子难受,堵塞感,常伴有大汗症状;上肢和左肩痛、持续后背或上腹痛、牙痛或下颌痛,这些可能是心脏缺血导致的疼痛放射,并多伴有大汗。

专家提出抓住“黄金120分钟”:抢救心梗患者,要构建从发病到救治的全程绿色通道,让患者在120分钟黄金救治时间内得到抢救。

普及急救知识 公共场所加强AED配备

在河南郑州,中国心梗救治日志愿服务活动中,阜外华中心血管病医院的医护人员走进社区,现场演示了徒手心肺复苏、自动体外除颤器(AED)操作流程。

突发心梗如何自救?专家建议,马上拨打120急救电话,告知准确位置。患者保持平卧,如随身携带急救用药,应立即舌下含服硝酸甘

油1片,有条件者可口服阿司匹林。若患者出现意识丧失,需尽快进行胸外按压、心肺复苏等抢救措施,并根据情况借助自动体外除颤器抢救。

自动体外除颤器是一种便携、易操作的急救设备。国家卫生健康委此前印发《公共场所自动体外除颤器配置指南(试行)》,对其配置进行了

详细规定。

根据心脑血管疾病防治行动实施方案,我国还将加强急救知识与技能普及,积极推动急救救护培训进社区、进农村、进学校、进企业、进机关、进家庭。同时,加强公共场所自动体外除颤器等急救设施设备配备,对配备的急救设备加强巡检,确保紧急时刻能取可用。

医院急救更畅通 胸痛救治基本网络形成

抢救心梗患者,关键还要打通医院内外多个环节。

针对部分心梗患者就诊延迟、基层转运延迟、治疗流程延迟等问题,国家卫生健康委2017年印发相关文件,要求各地卫生行政部门鼓励指导本辖区医疗机构做好胸痛中心建设和管理工作,提升救治效率。

坐落于西沙群岛的三沙市人民医院,2022年开始建设胸痛中心。

同年11月,当地一名男子突发心梗,通过急救绿色通道,经救援直升机转运,到达具备救治条件且距离最近的四川大学华西三亚医院,顺利完成手术。

据统计,目前全国胸痛中心注册数量超5600家,急性心肌梗死患者的平均救治时间由2012年的115分钟,缩短到2020年的75分钟,初步形成了全国急性胸痛救治

基本网络。

国家卫生健康委医政司有关负责人介绍,以危急重症为重点,创新急诊急救服务,近年来推动各地在地级市和县的区域内,符合条件的医疗机构建立胸痛中心、卒中中心等。

根据心脑血管疾病防治行动实施方案,有条件的地方未来还将通过建立胸痛“急救地图”,切实提高救治效率。

新华社记者董瑞丰

更俗
剧院

最新演出信息

汤姆·布莱斯主演《饥饿游戏:鸣鸟与蛇之歌》
布丽·拉尔森主演《惊奇队长2》
张译、潘斌龙主演《无价之宝》

11月26日19:30——
西班牙马德里弗拉明戈舞剧团舞剧《卡门》
12月10日19:30——评剧《祥子与虎妞》
12月28日19:30——2024南通新年音乐会



扫二维码关注更俗剧院微信公众平台,获取更多电影演出信息。

更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>

售票热线:85512832 服务监督:85528668

福彩直通车

南通福彩热线电话:85286795

南通小伙喜中“流金岁月”60万大奖

10月19日,南通小伙王先生现身南通市福彩中心兑奖处,领走刮刮乐“流金岁月”60万元头奖。中奖彩票出自崇川区濠西路99号03室32065132站点。

王先生说:“我是福彩刮刮乐的老客户了,即买即开,非常有趣。有新的刮刮乐上市我都会买来玩一玩,这次我直接买了整本的新票,刮开过程中,不断有10元、20元等小奖出现,当刮到快一半

时,就发现刮到了60万大奖!真是太幸运了!今后我还会继续支持福彩,从中找找乐趣,献献爱心。”

“流金岁月”是近期火热上市的福彩刮刮乐新票。面值20元,共两种玩法,最高奖金60万元。票面设计给人一种梦回二十世纪八九十年代的怀旧感,票面刮开区中加入了古色古香的留声机、录音机、随身听等复古风元素。

福彩双色球 2元可中1000万