



欧洲足球锦标赛,丹麦球星突然倒地昏迷,球场上演15分钟“生死时速” 运动员体质好 为何也会心脏骤停?

新华
澎湃

在丹麦当地时间12日举行的欧洲足球锦标赛中,丹麦球员埃里克森在没有任何身体对抗的情况下,突然倒地昏迷。幸运的是,医护人员及时抢救,在现场心肺复苏急救约15分钟后,埃里克森暂时摆脱了生命危险,被送往医院接受进一步治疗。

专家表示,根据现场画面分析,埃里克森可能是由于剧烈运动后诱发了心脏骤停。为什么训练、饮食和康复都相当科学的职业球员,也会遭遇心脏骤停?运动员在赛场上突发意外如何科学急救,体育爱好者在运动时发生心脏骤停时,第一目击者又该如何处理?记者采访了急救专家、心内科专家和重症医学科专家进行权威解答。

高强度训练 心脏或不堪重负

湘雅二医院重症医学科医生余波表示,心脏骤停是指心脏泵血功能突然停止,从而导致全身血液循环中断、呼吸停止、意识丧失。运动员在剧烈运动时发生心脏骤停,导致心脏不能像正常情况下那样把血液输送到全身,短时间内便可出现意识丧失,如果不能得到及时抢救,4到6分钟便会导致大脑和其他重要器官组织发生不可逆的损

害,患者甚至可能在短时间内死亡。

经过长年专业训练和科学饮食的职业运动员,在身体条件和运动能力上都要比普通人的看上去更加出色。

然而,根据相关医疗机构的研究结论表明,职业足球高强度的训练和比赛,让球员的身体和技术更出色的同时,也存在着使运动员的心脏不堪重负而导致心脏结

构病变的可能性。

心源性猝死,即心脏骤停导致的突然死亡。“心源性猝死是异常凶险的心血管疾病,患者在病情基本稳定的情况下,突然发生严重心律失常(一般为心室颤动或室性心动过速)导致迅速死亡。”上海交通大学医学院附属新华医院心内科李毅刚主任曾在接受记者采访时,谈到了运动中心源性猝死的原因。

心肺复苏 4分钟黄金时间

武汉亚洲心脏病医院胸痛中心主任张勇表示,面对猝死直接有效的方法是心肺复苏,黄金复苏时间是4分钟之内。

中南大学湘雅二医院急

诊科主任张东山建议,进行体育运动时如果有人发生心脏骤停,应立即开展徒手心肺复苏,如果身边有自动体外除颤器,要及时进行除颤,同时第一时间拨打120,请

专业急救人员给予专业支持。

张东山建议,在群众中开展急救培训,比如徒手心肺复苏等,提高突发事件中第一目击者的急救水平。

小贴士 紧急心肺复苏 你也需要了解

① 检查患者

检查反应:轻拍双肩,呼唤名字并查看反应

检查呼吸:5~10秒观察胸部、腹部是否有起伏

若患者没有反应,没有呼吸或仅有很浅很费力的呼吸,应进行心肺复苏



② 胸外按压



按压位置:两乳头连线中点与胸骨交界点

按压手势:双掌交叠、双手相扣,掌根着力,垂直按压

按压深度:成人垂直向下按压5~6厘米

按压频率:100~120次/分钟

注意:每次按压后需让胸部恢复到正常位置,胸廓充分回弹;胸外按压每30次后,进行两次人工呼吸;尽可能避免中断,直至救护车前来

③ 开放气道

仰头:左手放在患者额部,向下压

提颌:右手放在病人下颌处,向上抬,需保证下颌到耳部连线与地面垂直

注意:需先清除患者口腔中的异物

④ 人工呼吸

捏住患者鼻子,用嘴包住患者的嘴快速将气体吹入2次

注意:吹气时需观察患者胸部、腹部是否有微微起伏



Strait News 海峡都市报

海峡都市报

荣获“2019-2020 中国传媒经营价值百强榜”
全国都市报二十强第5名



23rd
1997-2020

全新海都
全心为你