



河南广播电视台  
Henan Broadcasting System



省级科普平台《云上名医》  
直达104县域融媒体中心

# 科普证书



南召县中医院急诊科 尚广军同志：

您的作品《气道异物梗阻：呼吸的“生死关卡” 怎样瞬间通关》被河南广播电视台《云上名医》于2024年03月18日发表，查阅地址：

<https://share.hntv.tv/news/0/1817119016979193858>

特发此证，以兹证明。



扫码下载大象新闻



扫码查阅

本证书为电子证书，严禁涂改、转让，《云上名医》栏目组拥有此证书最终解释权！



【查看证书】呼吸，这一生命最基本的动作，对于每个人来说都至关重要。然而，气道异物梗阻这一突发状况，却可能在瞬间将呼吸的通道封锁，使生命陷入危机。了解气道异物梗阻的严重性、识别其症状，并掌握迅速有效的应对方法，是在这一“生死关卡”瞬间通关的关键。

一、气道异物梗阻的危害与发生原因

气道异物梗阻是指异物堵塞了呼吸道，导致空气无法正常进入肺部。这种情况极其危险，因为如果不及及时处理，患者可能在短短几分钟内窒息死亡。

气道异物梗阻的发生原因多种多样。常见的情况包括：儿童在玩耍时误吞或误吸小玩具、硬币、花生米等；成年人在进食时谈笑风生，导致食物误入气道，尤其是大块的肉类、水果等；老年人由于吞咽功能下降，假牙松动等原因也容易发生气道异物梗阻。此外，醉酒者、昏迷者等意识不清的人群也可能因呕吐物反流进入气道而造成梗阻。

二、气道异物梗阻的症状

根据异物堵塞气道的程度和部位不同，症状也有所差异。

轻度梗阻时，患者可能会出现剧烈咳嗽、呼吸困难、呼吸时有哮鸣音等症状，但仍能说话或发出声音。

重度梗阻时，患者会出现面色青紫、无法呼吸、不能说话或只能发出微弱的声音、双手抓住颈部等“V形”手势，意识逐渐丧失。

三、气道异物梗阻的紧急处理方法

1. 海姆立克急救法

(1) 成人及一岁以上儿童：施救者站在患者背后，两臂环绕患者的腰部。一手握拳，将拳头的拇指一侧放在患者胸廓下和脐上的腹部。另一只手抓住拳头、快速向上重击压迫患者的腹部，重复以上动作，直到异物排出。

(2) 一岁以下婴儿：先将婴儿面朝下，使其身体放置在前臂上并靠在膝盖上。手臂贴着前胸，大拇指和其余四指分别卡在下颌骨位置。另一只手在婴儿背上肩胛骨中间拍5次。然后，将婴儿翻正，在婴儿胸骨下半段，用食指及中指压胸5次，重复上述动作，直至异物排出。

2. 自行救助：如果身边没有他人，患者可以借助椅背、栏杆等坚硬物体，用自己的上腹部猛压在这些物体上，快速冲击，重复多次，尝试排出异物。

3. 呼叫急救：在实施急救措施的同时，应立即呼叫120急救电话，争取专业医疗人员的尽快支援。

四、预防气道异物梗阻的重要措施

1. 儿童监护：对于儿童，要将小玩具、小零件等物品放置在儿童无法触及的地方，教育儿童不要将物品放入口中。在儿童进食时，要保持安静，避免逗笑或惊吓。

2. 良好的饮食习惯：成年人在进食时应细嚼慢咽，避免大声谈笑，特别是在吃带核、带骨、带刺的食物时要格外小心。

3. 特殊人群关注：老年人在佩戴假牙时要确保假牙的合适与稳固，吞咽功能较差的老年人可选择易于咀嚼和吞咽的食物。

4. 加强宣传教育：通过各种渠道，如社区讲座、学校教育、媒体宣传等，普及气道异物梗阻的急救知识和预防方法，提高公众的意识和应对能力。

五、气道异物梗阻的误区与正确认知

1. 误区：用手指盲目抠挖：当发现有人气道异物梗阻时，有些人会试图用手指伸入患者口中抠挖异物。这种做法不仅可能无法取出异物，还可能会将异物推得更深，加重梗阻情况。

2. 误区：倒立拍背：倒立拍背对于气道异物梗阻的效果并不理想，而且操作不当可能会对患者造成其他伤害。

3. 正确认知：迅速果断行动：一旦怀疑或确定发生气道异物梗阻，应立即采取有效的急救措施，不要犹豫等待，每一秒钟都至关重要。



## 六、急救培训与公众普及的重要性

1. 专业培训：医疗机构、急救组织等应定期开展针对海姆立克急救法等急救技能的专业培训，让更多的人掌握正确的操作方法。
2. 公众普及：通过学校、社区、工作场所等渠道，广泛开展气道异物梗阻急救知识的普及活动，提高公众的自救互救能力。
3. 模拟演练：组织模拟演练，让人们在实际操作中熟悉急救流程，增强应对突发事件的信心和能力。

## 七、气道异物梗阻后的后续处理

即使异物成功排出，患者仍可能受到一定程度的损伤，如喉部擦伤、声带水肿等。因此，在梗阻解除后，仍需密切观察患者的呼吸、咳嗽、声音等情况。如果患者出现呼吸异常、持续咳嗽、声音嘶哑、胸部疼痛等症状，应及时就医，进行进一步的检查和治疗。

气道异物梗阻是一场与时间赛跑的生命之战，正确的识别、迅速的反应和有效的急救措施是突破这一“生死关卡”的关键。预防永远胜于治疗，加强对气道异物梗阻的预防意识，普及急救知识和技能，让每个人都成为生命的守护者。

在这个瞬息万变的世界里，我们无法预知意外何时会降临，但我们可以通过学习和准备，在关键时刻挺身而出，为他人的生命打开希望之门。让我们共同努力，让更多的人了解气道异物梗阻的危险，掌握瞬间通关的方法，为生命的呼吸保驾护航。

总之，气道异物梗阻是一种紧急而危险的状况，但只要我们保持警惕，掌握正确的方法，就能够在关键时刻拯救生命，创造奇迹。（南召县中医院 急诊科 尚广军）

