

4小时接连收治5例！ 高温“反扑”下中暑患者增多

医生：及时、科学处置至关重要

短短4小时内，连续收治5名中暑患者！8月3日，鄞州区第二医院抢救室，医护人员迎来一场又一场与高温的“赛跑”。该院急救医学中心王后兴主任提醒，中暑并不是小事，严重时可能会危及生命，高温天一旦出现大量出汗、头晕、胸闷等中暑先兆，千万不能大意，务必及时就医，切莫耽误。



医生在查房

好几个中暑患者是户外工作者

53岁的老何是一名空调拆装工。当天下午，他在闷热的环境中拆除空调，高强度的工作让他浑身被汗水浸透。意识到可能脱水，他赶紧喝了两瓶电解质水，可没过多久，恶心呕吐的感觉突然袭来。

到了下午6时左右，更可怕的情况发生了——他的四肢突然抽搐起来，连腹部的肌肉都跟着紧绷、抽搐，全身的汗水像断了线的珠子般往下淌，而且明显感觉尿量变少了。即便停下来休息，这些症状也没有丝毫缓解。被送到医院检查后，他的各项指标让人揪心：乳酸值达到了7.78mmol/L（正常范围0.5-2.2mmol/L），血红蛋白飙升至204g/L（正常范围男性120-160g/L），均突破危急值，血肌酐206μmol/L（正常范围男性57-111μmol/L），医生诊断为中暑引发的痉挛，还出现了血液高凝状态和急性肾功能损伤。

同样遭遇险情的还有59岁的户外工

人顾师傅。当天在烈日下劳作后，他突然感到一阵头晕目眩，眼前一黑就晕倒在地。同事们将他紧急送入鄞州区第二医院急救医学中心时，他大汗淋漓，四肢和腹部的肌肉抽搐不止，尿量也明显减少。经过检查，顾师傅的血压只有75/52mmHg（正常范围90/60-140/90mmHg），整个人处于休克状态，而血肌酐却高达203μmol/L，被诊断为热衰竭。

“从下午4点到晚上8点，陆续接诊了5个。”接诊的鄞州区第二医院急救医学中心周强副主任医师、施震霄主治医师等专家迅速开通绿色通道，快速对患者的病情做出评估，精准实施“控制体温-补液-纠正电解质紊乱”的核心救治策略，为每一位患者打开了生命通道。

经过医护人员的全力抢救，目前这5名患者的生命体征都逐渐平稳，已转入专科病房接受进一步的优化治疗。

这些“热知识”能救命

“中暑并非小事。”鄞州区第二医院急救医学中心王后兴主任介绍，常见的中暑症状有很多，轻度时可能只是大量出汗、口渴、头晕、耳鸣、胸闷、恶心、四肢无力等，而严重时则会出现体温急剧升高、皮肤干燥无汗、昏迷、抽搐、血压下降等，还会对神经系统、心血管系统、肾脏等多个器官造成损害，甚至会危及生命。

他说，中暑的发病原因主要与高温环境密切相关。当外界温度过高时，人体的散热功能会受到影响，体内热量不

断积聚，就容易引发中暑。长时间在户外暴晒、处于闷热不通风的室内、高强度体力劳动导致大量出汗而没有及时补充水分和电解质等，都是常见的诱因。

“对于高温中暑的危重病人来说，及时、科学处置至关重要。”王后兴提醒，当前高温预警持续，户外工作者一定要避开高温时段作业，若必须工作，每小时应到阴凉处休息10分钟-15分钟。室内工作者也不能掉以轻心，避免长时间处于闷热环境，要注意及时补充水分和电解质。

记者 庞锦燕 通讯员 谢美君 文/摄

老人总觉得“被虫子咬” 可能是痴呆早期信号

“郑医生，太感谢了！我身上的虫子不见了，终于不痒了。”近日，70岁的张老伯来到宁波大学附属康宁医院老年精神科（七病区）郑成应主任的诊室复诊，开心地说起自己的变化。

皮肤痒怎么到老年精神科看病呢？老人说的虫子到底是怎么回事？郑成应提醒，老人如果经常皮肤发痒，看皮肤科无效后，要考虑可能是痴呆的早期信号。

反复看皮肤科无效，最终确诊为海马体萎缩

两个月前开始，张老伯陷入了烦恼——总觉得“被虫子咬”。他苦恼地和子女说：身上很多小虫子。腿上、胳膊上总是有小虫子在爬来爬去，就连眉毛上也有虫子。于是，他一天到晚对着镜子找虫子，抓得腿上、胳膊上满是密密麻麻的抓痕，多处皮肤被抓破了。

一开始，家人以为是螨虫惹的祸。家里做了彻底的大扫除，被褥等全都换成一遍。可是，张老伯仍然坚持“被虫子包围”。家人又带着他辗转多家医院的皮肤科，各种各样的药膏擦了不少。可是，情况仍没有好转。

听人介绍后，家人陪同张老伯来到宁波大学附属康宁医院老年精神科（七病区）的郑成应主任处，郑成应安排张老伯进行了认知评估，发现张老伯的认知记忆下降明显。随后的头颅MRI显示，其海马体萎缩。

“张老伯不是真的皮肤问题，是痴呆早期的‘信号’。”郑成应向家属解释，随着脑萎缩加重，

老人会出现脑功能衰退。其间也会出现感知觉障碍，比如虫爬、虫咬，这个明显的精神症状被称为幻触。

郑成应介绍：患者认知下降是缓慢渐进的，生活在身边的人难以感受到患者的隐匿变化。因此，当家属听说老人觉得被虫子咬，皮肤瘙痒时，很容易只当作皮肤方面的问题来处理。显然，单纯到皮肤科就诊很难解决病因。

经过老年精神科的一系列专业评估，张老伯的皮肤瘙痒问题被确诊为是精神症状的一部分。在接受抗精神病治疗后，病情缓解。这次来复诊，老伯惊喜地说：“虫子不见了，我也不用抓虫子了。”他此前破损的皮肤也在慢慢愈合。

郑成应提醒，如果家中老人出现类似皮肤瘙痒，在皮肤科治疗不能缓解时，应及时到精神专科就诊，重新评估患者的躯体疾病情况和认知心理状态，因为这也很可能是痴呆的早期表现。

“预防痴呆，啥时候开始都不晚”

“预防痴呆，啥时候开始都不晚。”郑成应说，对老年人来说，调整生活习惯可以有效预防痴呆。比如，吃对饭。老年人保持健康的饮食习惯对于预防老年痴呆症十分重要，可以多吃点蓝莓、菠菜和鱼类等。这些食物里富含维生素E和不饱和脂肪酸，可以减少脑内炎症反应，保护大脑神经元。

比如，动起来。有规律地进行一定量的运动，如快步走、游泳等，能够改善大脑血液流动和神经递质释放，帮助提高一部分认知功能，降低心血管病、糖尿病等慢性疾病发病率，也能够降低老年痴呆症发生概率。

比如，多社交。他建议老人别总闷在家里，应该保持一定的

社交活动。社交活动可以提升大脑活力，与朋友、家人或邻居的交流与互动还可以帮助老人减少孤独感和抑郁情绪，拥有更积极的心理状态。

比如，睡好觉。睡眠不足或睡眠质量差会损害大脑的认知功能，增加患老年痴呆症的风险。老年人应保持规律的睡眠习惯，尽量确保每晚都能获得足够的高质量睡眠。

比如，勤用脑。他建议老人可以多读书看报，多尝试学习新知识，比如学习用智能手机来制作短视频，和朋友视频聊天等。大量的案例表明，“活到老学到老”真能防痴呆。

记者 王颖 通讯员 张瀛