

心绞痛突然发作要及时的急救

刘 琴

宜宾市第二人民医院 644000

【中图分类号】R541

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 01-079-01

心绞痛是冠状动脉供血不足，心肌暂时性缺血或缺氧而引起的，一般情况是压榨性疼痛，也可能表现为钝痛。心绞痛的典型症状时胸前疼痛，一般 1～5 分钟，可能一天一次也可能几天一次甚至是一天几次，此病多发于 40 岁以上的中老年群体，特别是男性，但是现在不管是心血管疾病还是心绞痛都越来越趋向年轻化，也就是说，这和以前是不一样的，不只是中老年群体易患的，年轻人也很容易心绞痛发作。当发生心绞痛的时候，我们需要及时急救若情况无好转则需及时去医院，寻找医生的帮助。那么该如何进行急救？

一、急救措施

1. 原地休息

心绞痛发作时需立即原地休息，这是非常重要的也是比较容易做到的，千万要避免剧烈运动以及一些不必要的走动，也尽量少说话，减少活动量。

如果是发生心绞痛的时候再加，那么原地坐在椅子上或者平躺在床上，如果是在户外是发作，那么原地坐在台阶上、路上或者其他相对安全的地方，如果实在车上，告知旁边熟悉的人，让其他人进行让座，坐或躺在座位上。

当发生心绞痛时，周围的人或家人发现不要惊慌，尽量过多地问患者“怎么回事？”“你怎么了？”“现在感觉怎么样？”的一些问题，同时尽量不要搬动患者，更不要扶患者或者背着患者去医院。在室外时，保持空气的流通，不要让人流聚集在一起，尽量减少骚动，保证患者安静休息。在室内或车内，适当的开窗通风，冬天时则要注意给患者保暖。可以的话摸一下患者的脉搏，了解患者的脉象是否稳定、有规律，并记录时间以及脉率，等到了医院以便可以准确的和医生报告。

2. 保持镇静的心态

心绞痛时，人体会下意识的出现恐惧、焦虑、烦躁的心理状态，会认为“自己怎么了？”“我要死了吗？”“我好难受，这是怎么了？”等情绪，这是大可不必的越是这样想，越不容易缓解，并且会加剧疼痛，因此保持一个镇静的心态是非常重要的，遇事不要慌，先平静。

3. 缓慢深呼吸

在休息的时候，感觉自己缓过来一点了，那么尝试半张开嘴，缓慢的深呼吸。这样可以快速增加体内的氧气含量，从而达到加快呼吸缓解的作用，如果是以前发生过类似的情况，有氧气瓶一类的东西也可以利用，不要为了疼痛就急促呼吸或不敢喘气，这样会给心脏造成更大的负担，也不利于增加血液当中氧气的含量。

4. 含服硝酸甘油

硝酸甘油是能够快速缓解疼痛且可以增加心脏冠状动脉的血液供应。如果身边带了药那么就可以含服一片硝酸甘油，也可以含服速效救心丸或复方丹参滴丸。一定要注意是含服，不是直接将药物吞下。如果身边没有该类型的药物，也不需要担心，只需要安心休息，别心急，慢慢地疼痛也会逐渐缓解。

5. 及时拨打急救电话

心绞痛说大不大说小不小，但是也是严重的心血管疾病，一发作就要做好去医院的准备，如果有旁人在，请旁人帮忙拨打 120 急救电话，如若只有一个人在，在疼痛稍微有缓解的时候，一定需要拨打急救当，以便可以更快更好的接受治疗。

6. 乘坐救护车到医院

患者应乘坐救护车到达医院，避免步行前去医院，步行会导致氧气的消耗加重病情，同时步行的时间过长，也可能会失去最佳的抢救时间。救护车里配有急救设备，在到达患者住处的时候就可以试试监护以及治疗，并且可以在最快的时间把患者送到急诊科，最大限度也是以最快的速度节约时间，抢救患者。

7. 到哪家医院救治

选择医院是选择就近原则，选择离自己患者所在位置最近也是最容易到达的医院，同时在满足上述条件的情况下尽量选择二级以上的医院，这样可以使得患者得到更好的治疗。医院的选择根据地理位置决定，但是首先需要在打 120 的时候给医生汇报其位置，医院会在最短的时间内派出救护车前来救治。

8. 到医院后应该注意什么？

心绞痛后，快速拨打 120，告知其具体情况，包括什么时候开始的？在哪里？持续了多久？之前是否有其相同症状的发生？

心绞痛发作后要求快速就医，患者直接到医院急诊室进行看病，随后再进行挂号缴费的行为。到医院后患者同样需要减少走动，避免步行到各个科室去检查，争取各类检查都在医生的监督下进行。有的患者到医院后发现心绞痛已经缓解甚至已经不痛了，以自己就没事了，就自行离开。其实这种情况是不正确的，还是应该继续检查，看到底是什么原因导致的心绞痛。但是在检查时一定要就算缓解了但是也不能自行去检查，即使是缓解了病痛，但是病情也有可能还在继续发展。

二、心电图检查无异常就好了吗？

患者到达医院后检查时可能疼痛以及缓解了，这时候检查的心电图爷爷显示是正常的，这其实是一种常见的情况，这是由于心绞痛是冠状动脉暂时供血阻碍，一段时间后就会有所缓解，因此心电图才显示的正常情况，但是心电图显示无异常并不代表没事。只要心绞痛发作，就是代表着冠心病已经存在和心脏冠状动脉存在供血障碍，更有可能进一步发展成心肌梗死。

三、总结

心绞痛是现在比较常见的心血管疾病之一，在遇到心绞痛的时候，患者不必慌张，先平复心情，深呼吸，不要给自己太大的压力并且尽量坐下或者躺着来缓解疼痛。同时及时拨打 120 急救电话进行求助，在急救过程中尽量不要过多走动，配合医生护士有效的治疗疾病防止心绞痛发展成为心肌梗死。